



魯桃桜

編集・発行 長野市立長野図書館

〒380-0843 長野市長門町 1097-3

電話 026-232-3558

https://library.nagano-ngn.ed.jp/



季節の必需品 ～使い捨てカイロ～

猛暑が続いた今年の夏、「早く涼くなれば良いのに…」と幾度思ったことでしょうか。いよいよ過ごしやすい秋かなと思うも束の間、急に寒さが増し体調を崩されている方がいらっしゃるのではないのでしょうか。「使い捨てカイロ」が手放せなくなりました。今は当たり前になった「使い捨てカイロ」ですが、いつ頃から出まわったのでしょうか。

「使い捨てカイロ」は、米軍の装備品からヒントを得て日本の企業が開発し1978年(昭和53年)頃から商品化されました。袋の中の材料をもむだけで簡単に温かくなり、火を使わないことや使い捨てが出来る手軽さでヒット商品になりました。改良は続き「貼るタイプ」が登場、足裏用、足の甲用、つま先専用、高温のもの、低温のもの、生薬の香りがするものなど種類も豊富になり選ぶのが楽しくなりました。

どこに貼れば、効率よく全身を温めることができるのでしょうか。身体をつぼや太い血管が通っている箇所が良いそうです。首の後ろ、首を前に曲げた時に首と背中の中の骨が出るところ「大椎(だいつい)」が良いとされています。他は、背中の中の肩甲骨の間、お腹のおへそより指2本分下辺り、腰はおへその真裏辺り、足なら足首のくるぶし周辺を温めると良いようです。温めたい場所は人それぞれですので、これらを参考にお試しください。



冷えは万病の元です。外側からも内側からも身体を温めて体調を整え、新しい年を迎えましょう。

メリークリスマス♪そして、良いお年を



12月のテーマ本

～年末年始に関する本～



12月はクリスマスや忘年会、大掃除、新年を迎える準備で何かと忙しくなりますが、いつもよりひと手間かけて年末年始を上手に楽しく過ごしてみませんか。

また、クリスマス、年末年始にまつわる物語の本も集めましたので、暖かな部屋で、ほっと一息つきながら読書の時間もお楽しみください。

図書館カレンダー



★開館時間 平日 9:45-19:00
土・日・祝 9:45-18:00

12月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

1月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

■ … 休館日

🏆 10月・11月発表の主な文学賞 🏆

第51回 泉鏡花文学賞

『水』 北村 薫 《Fキ》

『あなたの燃える左手で』 朝比奈 秋 《Fア》

第14回 山田風太郎賞

『藍色時刻の君たちは』 前川 ほまれ 《Fマ》

第13回 本屋が選ぶ時代小説大賞

『まいまいつぶろ』 村木 嵐 《Fム》

第77回 毎日出版文化賞

<文学・芸術部門> 『太陽諸島』 多和田 葉子 《Fタ》

<人文・社会部門> 『ラジオと戦争』 大森 淳郎 《699ラ》

<自然科学部門> 『まちがえる脳』 櫻井 芳雄 《491サ》

第76回 野間文芸賞

『恋ははかない、あるいは、プールの底のステーキ』 川上 弘美 《Fカ》

第45回 野間文芸新人賞

『あなたの燃える左手で』 朝比奈 秋 《Fア》

『しをかくうま』 九段 理江 刊行未定

※『文学界』2023年6月号《雑誌コーナー》に掲載

新刊案内

『自分で地域で手づくり防災術』

農山漁村文化協会／編 農山漁村文化協会 《369.3 シ》

「手づくり防災術」とは、自給の力や地域の力で自然災害に備える工夫のこと。ミニ太陽光発電、ポリ袋調理、田んぼダム、手づくり防災マップなど、防災・減災の実践を多数収録。『現代農業』『季刊地域』掲載を書籍化。

『47 都道府県・民俗芸能百科』

大石 泰夫／編 丸善出版 《386 ヨ》

現在も全国各地で行われている多様な民俗芸能から、選りすぐりの 300 弱を紹介。獅子舞・神楽・盆踊・延年・風流・人形芝居など、何百年と受け継がれたものから新たなパフォーマンスが光るものまで見渡せるユニーク百科。

『なぜオスとメスは違うのか』

マーリーン・ズック／著 大修館書店 《481 ス》

動物のオスとメスでは見た目、鳴き声、匂い、行動が異なることが多い。その違いは何に由来し、どのような役割を果たしているのか。科学的知識を体系的かつコンパクトに解説する。

『はじめてであう安野光雅』

安野 光雅／ほか著 新潮社 《723 ア》

生涯に150冊以上手がけた絵本はもちろん、エッセイに旅の画文集、装幀や教科書づくりの仕事など、気づけばいつも身近にあった画家・安野光雅の絵と言葉の世界を案内する。著作リスト付き。『芸術新潮』特集を増補・再編集。



『講談事典』

龍口 雅仁／著 丸善出版 《R 779 タ》

講談初心者でも気軽に引くことができる鑑賞事典。約600編の講談のあらすじとその解説をはじめ、近世から現代までの主な講談師(故人、引退、現役)と講談の歴史、ならびに講談の基礎知識を収録。

『カーテンコール』

筒井 康隆／著 新潮社 《F ツ》

「時をかける少女」「パプリカ」などの主人公たちが病床の作者を訪れる「プレイバック」ほか、痙攣的笑い、甘美な郷愁、胸熱きわまる感涙等を齎す芳醇無比な掌篇小説 25 篇。

12 月映画上映予定

時間:14:00 から 場所:3階 視聴覚室にて

12月9日(土)

タイトル・・・「駅馬車」

字幕・モノクロ・99分

監督・・・ジョン・フォード

CAST・・・ジョン・ウェイン／クリア・トレヴァー

トーマス・ミッチェル／ルイズ・ブラット

ジョン・キャラダイン

※1939年 アメリカ作品



12月23日(土)

タイトル・・・「或る夜の出来事」

字幕・モノクロ・106分

監督・・・フランク・キャプラ

CAST・・・クラーク・ゲーブル／クローデット・コルベール

ウォルター・コノリー／ロスコー・カーンズ

ジェムソン・トーマス

※1934年 アメリカ作品

観たり聴いたり

新着 CD からピックアップ

『Ku'u One Hanau』 Hiliu／演奏 《764 ヒ》

古代ハワイの伝統楽器とともに、ピアノやギターといったクラシカルな楽器や現代楽器を組み合わせたヒリウのアルバムです。風に揺れる葉、木漏れ日、古代ハワイの宮廷の雰囲気イメージに浮かび、ゆったりとした時間が過ごせます。



新着CD

- ♪ あぶない刑事 《699 ア》
- ♪ 海に見える風景 《763 ウ》
- ♪ 歌がなくても聞こえてくる
「中島みゆきの音楽集」 《763 ウ》
- ♪ 雲助十八番 《779 コ》
- ♪ 斎藤茂吉秀歌 《913 サ》

