

加古川市立中央図書館だより

(発行) 加古川市立中央図書館

〒675-0101

加古川市平岡町新在家1224-7

(TEL) 079-425-5200

(FAX) 079-425-6696



# ぶっくガーデン

NO.254 - 2024年1月 (URL) <https://www.lics-saas.nexs-service.jp/kakogawa/>

## 新しい年を迎えてー健康で幸せを感じるための本を集めましたー

新しい年になりました。今年もまた健康で幸せを感じる一年にしたいものです。そのためには、自分にとっての幸せ、健康、人生について考えてみる必要があるかもしれません。

今月は年頭に際して、幸福、健康、人生を考える際に参考になりそうな本を集めました。

- ・「世界一しあわせなフィンランド 人は、幸福を追い求めない」 ワルク・マリヤ ハーパ・コリズ・ジヤパン 159 - マ  
国連が毎年発表する世界幸福度ランキングの上位は北欧諸国が占め、中でもフィンランドは毎年1位に入っています。因みに日本は40番目~60番目を行ったり来たりしています。幸福度は、その国の文化、科学技術、環境など様々な要素が関係するでしょうが、幸福であると感じるには、幸福そのもののとらえ方に左右されるともいえそうです。
- ・「さびない生き方」 藤原 和博 大和書房 159 - 7  
幸福感の中身は万人に共通なものではないかもしれません。人と同じことをして、同じ環境や状態に置かれても幸福を感じるかどうかは人さまざまです。生き方のモデルのない時代、自分流の人生をどのように歩むのかを考えることは大切です。
- ・「『和の食』全史」 永山 久夫 河出書房新社 383.8 - ナ  
食べ物は食文化と言われるくらい大切なものですし、私たちは食べることで幸せを感じるのも事実です。また、食べ物は人の寿命にも影響します。日本は四季があり、豊富な食材があり、和食は日本を長寿国にしたともいえます。本書には縄文から現代までの和食の秘密が書かれています。
- ・「長寿と性格」 ハワード・S・フリドマンほか 清流出版 498.3 - 7  
健康で長生きすることは誰もが願っていることではないでしょうか。長寿はいろいろな条件が影響していると思いますが、性格もその一つです。性格は長い人生の中で私たちの生活習慣に関わるため、大きな影響を及ぼします。この本は1500人の生涯を追跡して疫学的に長生きに適した性格を調べています。さて、どんな性格が長生きに適しているのでしょうか？
- ・「京阪神七福神めぐり」 あんぐる メイツ出版 387 - ケ  
年の初めに当り、今年の福を呼び込むために七福神巡りはいかがでしょうか。この本では京都、奈良、大阪、兵庫の21コースを紹介しています。(21もあるのに驚きですが…)同類書に範囲を限定した「神戸七福神めぐり」(朱鷺書房 387-コ)もあります。
- ・「幸せな人生のつくり方」 坂東 眞理子 祥伝社 159 - バ  
幸せを感じるには考え過ぎないことも大切です。この本に書かれているように過去を悔んだり、必要以上に将来を不安がったりすることは、生きる上でマイナスになるでしょう。よく言われるように「今を生きる」ことが大切かもしれません。
- ・「福を呼び込む和のならわし」 広田 千悦子 KADOKAWA 382.1-ヒ  
昔の人たちも福を呼び込んで、幸せになりたいという思いは同じです。そのため厄除けや厄払いについてもいろいろなことに求めました。この本では日本古来の厄除けを「いただく」、「ふるまう」、「出かける」、「飾る」の4つに分けて紹介しています。縁起をかついで関心のあるものを試してみるのもいいかもしれません。読んでいるだけでも楽しい本です。

### ■■ 図書館カレンダー ■■

★開館時間 月~土曜日: 午前10時~午後8時 日・祝休日: 午前10時~午後6時

★休館日 第2・第4月曜日(祝日のときは翌日が休館)、資料整理期間、年末年始(12/29~1/3)

【1月の休館日】 1日(月) ~ 3日(水)、9日(火)、22日(月)

【2月の休館日】 13日(火)、26日(月)

## \* \* 図書館からのお知らせ \* \*

### ● 図書館利用者アンケートのお願い

中央図書館の利用者アンケートを実施しますので、皆さまのご意見をお聞かせください。ご協力をお願いいたします。

【実施期間】 令和6年1月8日(月・祝)～21日(日)

スマートフォン等で右のQRコードを読み取り、回答フォームへ入力、または来館の際にアンケート用紙にてご回答ください。



(回答フォーム URL)

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSc-CKnPK2YXsgyv1YbQ3sDmJQL4P-RJxEfCZ6N94zb0oFH-\\_w/viewform](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSc-CKnPK2YXsgyv1YbQ3sDmJQL4P-RJxEfCZ6N94zb0oFH-_w/viewform)



### ● 集会行事 (一般向け) のお知らせ

「子ども読書講演会」

【日時】 令和6年2月25日(日) 午後1時30分～3時30分

【演題】 「文学のなかの『子ども部屋』～イギリスの子どもの本から」

【講師】 福本 由紀子氏 (武庫川女子大学文学部准教授)

【場所】 視聴覚室 (図書館2階)

【対象】 一般市民、幼児・児童の保護者、読み聞かせボランティア

【定員】 50人 (一時保育有) 【参加】 無料

※令和6年1月15日(月)より、来館、電話、FAX、メール等で受付 (先着順)

【問合先】 中央図書館 電話 079-425-5200 FAX 079-425-6696

「今年のえと辰 (龍) の本」はありますか？



#### ◎辰 (龍) について

・「龍の棲む日本」	黒田 日出男	岩波書店	210.4-ク
・「龍の起源」	荒川 紘一	紀伊國屋書店	388-ア
・「龍と人の文化史百科」	池上 正治	原書房	388-イ
・「龍の百科」	池上 正治	新潮社	388-イ
・「龍の話」	林 巳奈夫	中央公論社	702.2-ハ

#### ◎十二支としての辰 (龍) について

・「十二支」	吉野 裕子	人文書院	148.4-ヨ
・「十二支になった動物たちの考古学」	設楽 博己	新泉社	220.2-シ
・「干支の動物誌」	阿部 禎	技報堂出版	480.4-ア
・「十二支の動物たちの生き方事典」	加藤 迪男編	日本地域社会研究所	480.4-エ
・「十二支読本」	稲田 義行	創元社	449.3-セ
・「干支セトラ、etc.」	奥本 大三元	岩波書店	914.6-オ

## 行事のお知らせ (児童)

### ●親子えほんの会 (毎月第1金曜日)

【日時】 1月5日(金)

① 10:30～10:45

② 11:00～11:20

【対象】 ① 0歳の子どもと保護者

② 1歳から3歳までの子ども  
と保護者

【定員】 各15組(先着順)

### ●えほんのじかん (毎月第2・4土曜日)

【日時】 1月13日、27日(土)

14:00～14:30

【対象】 3歳以上の子ども

【定員】 30人(先着順)

### ●おはなし会 (毎月第1・3・5土曜日)

【日時】 1月6日、20日(土)

14:00～14:30

【対象】 4歳以上の子ども

【定員】 30人(先着順)

◎場所は、すべて「おはなしのへや」です。

