図書館かがわ

香川県立図書館報 第113号

発行日 2016.10.1

Library Kagawa

ISSN 1344-5464



「エコサマーフェス」、「やってみよう!自由研究」を開催しました。

7月30日(土)、小学生の親子を対象に、夏休みの自由研究にぴったりのイベント「エコサマーフェス」を香川県環境政策課と共催で行いました。

2階視聴覚ホールでは、工作や実験、ゲームをとおして環境について学べる講座を開きました。ソーラーライト(太陽光を利用した照明)とペットボトルでランタンを作ったり、生活排水を顕微鏡で見て、微生物を観察したりしました。楽しみながら勉強できる内容で、保護者の方も感心しながら見ていました。

1階親子読書コーナーでは、「かんきょうえほん」の読み聞かせと、ごみやリサイクルについて説明した「かんきょうかみしばい」がありました。駐車場には、ごみ収集車とシュレッダー車がやってきて、ごみ処理についての説明を聞きながら、車の見学をしました。

8月4日(木)には、「やってみよう!自由研究」を開催し、講師の光村拓也先生と一緒に、子どもたちにとって、一番身近な森である「鎮守の森」について学びました。光村先生は、明るく楽しく、自由研究と読書感想文のコツを教えてくださいました。

両日をとおして、約470名の方に参加いただきました。環境問題に理解を深め、夏休みの自由研究にも役立ったのではないでしょうか。

こんなんしよるで~ ②

~香川県内公共図書館相互の館外個人貸出&相互貸借~

Q: ほかの図書館にある本を読みたいときは、どなんしたらええんな? なんかええ方法あるんな?

A:県内の市町立図書館の本の場合は、当館のカードをお持ちの方は市町立図書館の窓口で直接借りることができます。

また、当館のカウンターで申込みしていただくと、ほかの図書館の本を当館 まで取り寄せすることができます。

香川県内公共図書館相互の館外個人貸出

いずれかの県内市町立図書館の館外個人貸出カードを持っていれば、どの図書館でも資料の貸出しを受けることができます。

それぞれの図書館により、資料の貸出期間、貸出冊数等が異なりますので、詳しくは、利用を希望する図書館に、直接、お問い合わせください。

相互貸借

県内の市町立図書館では、図書館間で資料の貸し借りを行っています。 例えば、県立図書館では、次のような取り扱いをしています。

ケース① 読みたい本が県立図書館にない場合

- ○県立図書館に所蔵していない資料は、他の図書館から取り寄せることができます。 来館の上、カウンターにお申し込みください。
- ○取り寄せに要する日数 概ね10日程度です。
- ○送料のご負担

取り寄せ先	送料のご負担
県内の市町立図書館・香川大学図書館	負担はありません。
国立国会図書館・県外の図書館	負担いただきます。



○ご利用期間

利用できる期間は、資料が届いてから15日間程度です。

ケース② 遠くにお住まいの方で県立図書館の本を読みたい場合

- 〇お近くの市町立図書館で、県立図書館の資料を借りることができます。
- 〇お近くの市町立図書館にお申し込みください。週2回運行している搬送便でお届けします。
- ★相互貸借の詳しい利用方法等は、県立図書館、または、お近くの市町立図書館にお問い合わせください。

●開館時間延長の試行終了のお知らせ

県立図書館では、7月1日より試験的に金曜日の開館時間を午後8時までとしていましたが、 10月より平常どおりの午後7時までとなりました。

ご利用ありがとうございました。

この本オススメです!

~お手軽健康本~

日々健康に過ごしたい、でもハードなダイエットや本格的なスポーツを始めるのはちょっと…と思っている方でも、いつもの生活にすぐ取り入れられる、簡単な体操や健康法なら、続けられるかも?

「健やか生活応援コーナー」は、健康・医療・介護・生きがいに関する本を集めたコーナーです。中高年の方々の身近な課題を解決するために役立つ本が、約4,000冊あります。 普段スポーツに縁のない方でも気軽に取り組める健康法や体操の本もたくさんあります。 今回は、その中から手軽にできる健康法の本を紹介します。



『『月曜日の朝がつらい』と思ったら読む本』 森下克也/著(中経出版) 2012.8 (請求記号:4988 M19)

欧米では「ブルー・マンデー」と呼ばれ、月曜のゆううつさはどこも同じようです。

この本には、日曜の夜に月曜と火曜の予定をチェックしておくと、週明けに起こること、するべきことをはっきりと見えるようになり、不安が軽減される、といった小さな生活改善のヒントが載っています。



『1日3分!指体操で元気な脳になる!』 白澤卓二/著(学研パブリッシング 学研マーケティング)

2015.9

(請求記号: 4983 S59 15)

「手は第二の脳」と言われ、手や指を使うことで脳の広範囲が 刺激され、脳の老化予防と活性化などに役立つそうです。

この本には、手軽にできる指体操がたくさん紹介されています。気にいった指体操を気楽に、健康を意識しながら毎日継続するのなら、三日坊主になりがちな方でも続けられるかも?



『硬い身体を1分でやわらかくする』 橋口保二/著(幻冬舎) 2015.8 (請求記号:7810 H3)

加齢や運動不足、日々の疲れなどであなたの身体は硬くなっていませんか?でも大丈夫、硬くなった身体の柔軟性を取り戻すのに効果的な体操が、この本では紹介されています。それぞれ「1分で」できる体操なので、いつでもどこでも実践できるのが嬉しいですね。

●健やか生活応援講座を開催しています。

「心と体の健康」をテーマとした今年度の「健やか生活 応援講座」のうち、「音楽療法」を9月25日(日)に 開催しました。

音楽療法は音楽を使って心と体の機能維持及び改善を 図ることを目的としています。最近では認知症の治療の 一つとして使われ、様々な効果が報告されています。

講師の認定音楽療法士の栗田京子氏からは、「心地いいと感じる音楽は、人によって違い、自分の心に感じる音楽は何かを自分で見つけて、生活の中に生かすことが大切だ」というお話がありました。

10月15日(土)には、軽い負荷で体の体幹を鍛え、筋カアップに効果があることが知られている「スロートレーニング」を開催します。(募集は既に終了しています。)





★高校生によるブックハンティングを実施しました。

8月3日(水)、高松市内の書店にて「高校生によるブックハンティング」を実施しました。 4校6名の生徒が、自分が読んでみたい本、図書館にあればいいなと思う本を選びました。 小説や生き方の本、野球・サッカーの本などを選んでくれました。

また、選んだ本の中からおすすめ本のPOPも作成しました。

選んだ本64冊とPOPは、Young Generation コーナーで8月30日から1ヶ月間展示しました。













編集・発行 香川県立図書館

〒761-0393 高松市林町2217-19 (香川インテリジェントパーク内)

TEL 087-868-0567 FAX 087-868-0607 http://www.library.pref.kagawa.lg.jp/