

# Library

らいぶらりい

図書館からのお知らせ



マスコットキャラクター  
「TO-MAN」と「ライちゃん」

当麻町立図書館(☎84-2566)  
ホームページ <http://lib.net-bibai.co.jp/tohma/>

- 休館日 毎週月曜日/年末年始/祝祭日(11/3を除く)  
特別整理期間
- 開館時間 午前9時30分~午後5時15分  
(木曜日は午前11時~午後7時)

## 『ココロを、カラダを、元気にしよう』

今月は心と体を元気にするための本を紹介します。

まず、『ココロとカラダ元気のしくみ』(おのころ心平)、『心療内科を訪ねて』(夏樹静子)、『こころとからだの疲れが取れる本』(西村佳余子)といった図書は心の疲れやつらさからくる体の不調にどう対処していくかを紹介しています。『養生のヒント』(五木寛之)では人生を豊かにし、活気づけるヒントがちりばめられています。

また、疲れた心と向き合うための図書として、『図解ストレスチェック実施・活用ガイド』(植田健太)、『心を病む人とのつきあい方』(和田秀樹)、『会社に殺されない働き方』(難波克行)、『メンタル医療革命』(榎本稔)などがあります。また、心の問題として近年は依存症もクローズアップされ、そのための図書『やめられない ギャンブル地獄からの生還』(帚木蓬生)、『チャット依存症候群』(渋井哲也)には衝撃的な事実が記されています。

他には、心が元気になるための図書として『令和を生きていくときに考えてほしいこと』、『心が楽になる作法』(高田明和)、『あらゆるストレスが消えていく50の神習慣』(矢作直樹)、『「しつこい怒り」が消えてなくなる本』(石原加受子)、『慎太郎ママの「毎日の幸せ探し」』(矢部慎太郎)、『もう、がまんしない。』(心屋仁之助)など、多数図書館に置いてあります。

新型コロナウイルスの影響で不安・不自由を感じる日々が続いていますが、こうした図書やさまざまな図書を読むことで心と体を癒してもらえたらと思います。

あがわ さわこ  
阿川 佐和子 (1953~)

Bookトリア

タレントであり、エッセイスト、小説家としても有名な阿川佐和子さん。その父親は2015年に亡くなった作家・阿川弘之さんです。

阿川さんは大学卒業後、さまざまなアルバイトを経験し、1981年にテレビ番組のリポーターを務め、その後報道キャスター、タレントとして広く知られるようになりました。一方で1988年よりエッセイの執筆を始め、親友である女優・檀ふみさんとの共著も多数あります。また2012年に刊行したエッセイ『聞く力』は同年の年間ベストセラー総合1位に輝いています。

ちなみに「佐和子」という名前には、父が縁もゆかりもない「佐和子」という女性の墓石から勝手にとったという仰天のエピソードがあります。

その他在館本：『太ったんでないのッ!?!』、『正義のセ』シリーズ他

## ピックアップ! 今月の3冊

暴虎の牙  
柚月裕子



昭和57年、広島県原。愚連隊「呉寅会」を率いて大暴れする沖虎彦を食い止めるのは、清濁併せ呑むマル暴刑事・大上章吾。時は流れ、平成16年。出所した沖は再び暴走するが、そこにかつて大上の薫陶を受けた刑事・日岡秀一が接近する。「孤狼の血」シリーズ完結編。

透明な夜の香り  
千早茜



香りは永遠に記憶される。きみの命が終わるまで。元・書店員の一香が新しく始めたアルバイトは、天才調香師・小川朔の住む古い洋館の家事手伝い。そこには謎を秘めた様々な依頼人が訪れる。香りをめぐるドラマチックな長編小説。

きみに応援歌を 古閑裕和物語  
大野益弘



日本が誇る天才作曲家・古閑裕和。「六甲おろし」「関魂こめて」「栄冠は君に輝く」「オリオンピック・マーチ」など五千曲以上の曲を世に送り出した今期の朝ドラ「エール」の主人公の知られざるエピソードを名曲とともに辿る。

## 新刊書

悪のいきもの図鑑	竹内久美子
〈あの絵〉のまえで	原田マハ
いかなものか	群ようこ
鬼棲むところ	朱川湊人
クスノキの番人	東野圭吾
公安狼	笹本稜平
怖い患者	久坂部羊
コンプレックス・プリズム	最果タビ
罪人の選択	貴志祐介
三兄弟の僕らは	小路幸也
十字架のカルテ	知念実希人
スタンダードなメンズ服	駒場健太
世界はもっと! ほしいモノにあふれる	
絶対猫から動かない	新井素子
ダーク・ブルー	真保裕一
天稟	幸田真音
東京ホロウアウト	福田和代
同僚は外国人。	細井聡
ハイパーハードボイルドグルメリポート	上出遼平
緋色の残響	長岡弘樹
ピエタとトランジ	藤野可織
北条氏康 1	富樫倫太郎
MISSING	村上龍
女神のサラダ	瀧羽麻子
誘拐屋のエチケット	横関大
夜明けのM	林真理子
よその島	井上荒野
夜がどれほど暗くても	中山七里
流人道中記 上・下	浅田次郎
ONE PIECE novel LAW	坂上秋成

## 新刊児童図書

あやしの保健室 4	染谷果子
生きのお手伝い	森田秀平
いろどり屋	廣嶋玲子
怪談5分間の恐怖 金縛り	中村まさみ
太陽と熱	藤井旭
ちょきんばこのたびやすみ	村上しいこ
とりあえずありがとう	五味太郎
ねずみくんはめいたんてい なかえよしを	
春がきたよ、ムーミントロール	ヤンソン
ヒグマ	竹田津実