

No.277

2023年  
10月号



(編集・発行)

宿毛市立坂本図書館

〒788-0001

宿毛市中央二丁目7番14号

☎ 0880-63-2654

FAX 0880-63-0155

## 《 展示のご案内 》

展示期間 10月26日(木)まで

★メイン展示

### 『骨活でフレイル予防をはじめよう』

10月20日の「世界骨粗しょう症デー」にちなみ、長寿政策課予防係とコラボして、展示しています。

今回の展示は、

- ・骨折予防・骨粗しょう症予防
- ・食事の栄養バランス
- ・運動エクササイズ

という3つのコーナーを用意しました。



●メイン展示図書(抜粋)

- 「シニアの骨粗しょう症・圧迫骨折を防ぐ！」
- 「仙骨姿勢講座」「栄養まるごと10割レシピ！」
- 「がい骨レストラン」「新しい体幹の教科書」
- 「大人女子のための続く筋トレ」「がいこっさん」

★サブ展示

### 『ハッピーハロウィン』

ハロウィンに関する本を集めました。読書の秋。本でもハロウィンを楽しんでください。

●サブ展示図書(抜粋)

- 「親子で楽しむ12カ月のキッズイベント」
- 「ハロウィンのかぼちゃをかざろう」
- 「おばけマンション」「だれだれ？ハロウィン」

こうち未来科学館からの出前ミュージアムの『不思議なボックス』も展示しています。

色々な方向から見てみてください。不思議な現象が起こります。



## 本の交換会

読み終えた本の中から「おすすめの本」を持ち寄り、次の読み手に向けた「メッセージ」を添えて交換します。今まで出会ったことがないような本や自分で選ばないような本など、新たな本との出会いを楽しんでください。

日時 11月3日(金・祝) 10時～12時

場所 宿毛文教センター 中庭

※雨天の場合、宿毛文教センター1階 ホワイエ

事前受付 10月17日(火)～11月2日(木)

受付場所 坂本図書館窓口

参加方法

- ①おすすめの本を事前に図書館に持っていく。
- ②本の紹介カード(メッセージ)を書く。
- ③1冊につき、1枚引換券を発行。(1人3冊以内)
- ④当日、その引換券と他の誰かが持ってきた本を交換する。

# 読んでみませんか？

## -新着図書のご案内-

(一般)

### リカバリー・カバヒコ

青山 美智子 著  
光文社

体の治したい部分と同じところを触ると回復するという都市伝説がある古びたカバの遊具。人呼んで『リカバリー・カバヒコ』…カバだけに。そんなカバヒコに、誰にも言えない悩みを抱えた人たちが願いをかけて触っていく。

転校で成績不振に陥った高校一年生の奏斗。頭脳回復を願ってカバヒコに触るが…。(第一話 奏斗の頭)ほか4人の物語が入った連作の短編集。カバヒコが何かをするわけではなく、それぞれが大切な何かに気づき、人生をリカバリーしていく。前向きな気持ちになれる優しい物語です。

(児童)

### ふしぎだらけのウナギ

黒木 真理 監修  
岩崎書店

日本人がこよなく愛するウナギ。栄養価も高く、古くから日本の食文化に密接に関わってきた存在です。しかし、その生態は多くの謎に包まれています。

ウナギってどんな生物？なぜぬるぬるしているの？どこで、どんな暮らしをしているの？など最新の研究によって徐々に明らかにされてきたウナギの秘密のほか、水産業や食文化まであらゆる方面からその魅力に迫ります。

(一般)

### 「小さな商い」のはじめ方

三宅 哲之 監修  
メイツユニバーサルコンテンツ

コロナ禍で飲食店をはじめ、多くのリアルショップが影響を受け、現在では新たなやり方ではじめたお店が増えてきています。

小さなお店や会社をはじめてみたい人に向けてわかりやすく解説されていて、開業実現のポイントと成功の秘訣などがわかる一冊となっています。

(児童)

### わたしのおにんぎょうさん

でくね いく 作・絵  
偕成社

おかあさんが作ってくれた、おにんぎょうを持ってエマちゃんのおたんじょうびかいへ。しかし、行くとちゅうおにんぎょうが動き出してしまい、少しこまったことになってしまいます。おにんぎょうと、おにんぎょうのわがままにふりまわされる女の子の、かわいいやりとりを読んでみませんか。

そして、女の子はエマちゃんに無事おにんぎょうをわたせたのでしょうか…。

※本の紹介文は、スタッフが作成しています。

## 仙人掌は空を見上げる

松澤まり子

仙人掌の白い花が好きでドラマ「らんまん」に出てきたときはとても嬉しかった。子どもの頃からいつも近くの土手で色々な草花の中に咲いているのを見た。萩や露草、薄、葛や。夏から秋への季節の変わり目の今も盛んに咲いていて道路端などでよく見かける。

花を嫌うひとはいるだろうか。ハートの形をした葉のカタバミクサのかわいいピンク色の馴染みの花も好きだ。根っこが強く引いても引いてもまた葉は出てくる。美しい庭を造るひとにはやっかいな雑草だろうけれど、かわいくて好きだ。

子どもの頃、そのカタバミソウでよく友達と遊んだものだ。ハートの葉の下あたりで誰かと一緒に引き合って、すもうを取る感じで引き抜きあうのだ。宿毛小学校からの帰り道でよく引き抜きあいこをしたっけ。今もあるだろう堀の辺りによく咲いていた。

ドラマの「らんまん」を見ていると足元の小さな草花に目がいくようになったと従妹が話していた。そういう人は多いのではないだろうか。

北半球の雲の様子は似ている。同じ日に見たここでの空とSNSのお友達の外国の北半球辺りの友達の写真を見ると、あ、同じような雲が宿毛にもあるなあ。

また、北半球では同じ月を見る。先日、SNSで知り合ったカナリア諸島のお友達が半月の写真をインスタグラムで挙げていて、思わず「わたしも今日同じ月を見たよ」とコメントしたら、「ひとつの世界 ひとつの月 ひとつの心」と返信してくれていてとても嬉しかった。

高知県は太平洋に面していてオーストラリアやハワイや……たぶんアジアの海辺に似ていると思う。(アジアにはあまり行ったことがないが、知り合いのオーストラリア人が「土佐清水市の大岐の浜はオーストラリアのそれにそっくりだった」と言っていたので)

海は仕事も人もつなぐ。最近はインドネシア人が養殖の仕事で働きに来ていて、雇っている皆さんは口をそろえて言う。とてもまじめに働いてくれる。同じように土木関係の仕事にはベトナム人が来ていて、大変まじめだ。近所の魚の加工工場には中国人が働きに来ていて、いつも自転車ですぐおしゃべりしながら帰っている。

地球に住んでいたら同じ月を見る。同じ太陽の光を浴び、同じ月という衛星を持ち……世界には様々な文化を持つ人々が同じ地球に住んでいる。文化は違えど同じ人間が地球に住んでいるの

だもの、同じ人間が争っていいわけではない、とわたしは思う。

地球の大地をわたしたちは踏みしめ歩いていて、ふと足元を見ると雑草が生えていて……アスファルトの割れ目からもエノコログサなんかが生えているのを見ると、たくましい姿に励まされたりしないだろうか。地球の生命力はわたしたち人間のそれに似ていると思ってしまう。

鴨が松田川に来る頃になって、夜のしじまに空を飛びながら鳴く声が聞こえる。まさに「田鶴鳴き渡る」季節だ。

夏から秋へのこの季節に、やれやれとほっとするつたらない。黄金色に実った稲は気がつくつと刈られている。折しもこの原稿を書いているのは中秋の名月の日頃で昨夜は美しい満月を眺めることができた。カナリア諸島のお友達もきっと同じ月を見ている。

夏の間、うちに巣作っていたツバメたちは今頃南アジアのどこか温かい場所において、うちにいた頃のように、にぎやかにおしゃべりを交わしているのだろう。冬から夏の間過ごした日本のどこそこにはボクはいてね、あそこのニンゲンはこれこれこうでとか世間話をしているのかもしれない。あそこの巣は曾曾曾おじいちゃんの頃からあるんだからボクまたあそこへ行くんだ、夜に虫もとれるしね、と宿毛を思い出して話し合っているといいな。



中秋の名月 in Sukumo



## ～新着図書のご紹介～

### 一般図書



- 0 「みんなのなつかしい一冊」 池澤夏樹  
 1 「オトナ女子のためのモテしぐさ図鑑」 中井信之  
 2 「年代順だからきちんとわかる中国史」 岡本隆司  
 3 「子育て六法」 高橋麻理  
 3 「40歳からの転職成功メソッド」 中谷充宏  
 3 「ヤングケアラー支援者の役割と連携」 結城康博  
 4 「身近な気象のふしぎ」 近藤純正  
 4 「線状降水帯」 小林文明  
 4 「大丈夫なふりして生きてる人の体に効くこわばり筋ほぐし」 今村匡子  
 5 「働く車分解図鑑」 クルマ解剖研究所  
 5 「とびきりかわいく作れる！私だけの推しぬいぐるみ&もちぬい」 寺西恵里子  
 5 「子どもと楽しく学ぶ片づけの教科書」 清水麻帆  
 6 「ハーブの癒し」 諏訪晴美  
 7 「美人画で味わう江戸の浮世絵おしゃれ図鑑」 赤木美智  
 9 「図解でスッと頭に入る紫式部と源氏物語」 竹内正彦  
 9 「死者の試写会へようこそ」 赤川次郎  
 9 「ヒロイン」 桜木紫乃  
 9 「青春をクビになって」 額賀澤  
 9 「ハンチバック」 市川沙央

※左側の数字は図書の分類を表しています。  
 0...総記、1...哲学、2...歴史、3...社会科学、4...自然科学  
 5...技術、6...産業、7...芸術、8...言語、9...文学

### 児童図書



- 「はじめてのコンピュータサイエンス」 島袋舞子  
 「恐竜の学校」 小林快次  
 「きゅうきゅうばこの絵本」 W I L Lこども知育研究所  
 「6+1の不思議」 斉藤洋  
 「ふしぎな図書館とてごわい神話」 廣嶋玲子  
 「ふしぎ駄菓子屋銭天堂20」 廣嶋玲子  
 「時間をやくパン屋さん」 キム・ジュヒョン  
 「赤いめんどり」 アリソン・アトリー  
 「海のこびととガラスびんの伝説」 サリー・ガードナー

### 絵本



- 「ぼくのじゃがいも」 ジョシュ・レイシー  
 「ココがいたなつ」 山崎りり子  
 「ねみちゃんのチョコッキ」 なかえよしを  
 「パンドろぼうとほっかほっカー」 柴田ケイコ  
 「どんぐり」 たてのひろし  
 「20ぴきのおいしいあき」 たしろちさと  
 「まじよのすいぞくかん」 佐々木マキ  
 「そらまめくんのごめんない」 なかやみわ  
 「おばけっているの？」 エラ・ベイリー  
 「どすこいみいちゃんパン屋さん」 町田尚子

★このほかにもたくさんの図書が入っております。  
 図書館ホームページでは、新着図書一覧が検索  
 できますので、そちらもぜひご覧ください。

【新着図書一覧検索】

### 10月の休館日

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				

### 11月の休館日

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				

開館日時 火～金 10:00～18:30 土・日・祝 10:00～18:00  
 ホームページ <https://www.city.sukumo.kochi.jp/docs-25/p010805.html>  
 メールアドレス [tosyo@city.sukumo.lg.jp](mailto:tosyo@city.sukumo.lg.jp)

■は休館日



【図書館HP】

