No.314

2026年
11月号

さ　く　ら

図書館だより

（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　11月26日(木)まで

★メイン展示

『BOOK　WEEK　2026』

今回の展示は読書週間にちなみ
- 新たな冒険へ（冒険小説）
- 冒険の記録（旅行記など）
- 名作・受賞作品プレイバック

という３つのコーナーを設けました。
職員の手作りしおりもありますので、ぜひおいでください。





メイン展示コーナーにあります。ご自由にどうぞ。

●メイン展示図書（抜粋）

「旅好家とめぐるパリ・モンサンミシェル」
「ブラジル、住んでみたらこんなとこでした！」
「小さな車で、ゆるり豊かなひとり旅」「宝島」
「メメンとモリ」「シカしかいない」「星の島」
「大ピンチずかん」「蜜蜂と遠雷」「異類婚姻譚」
「おっさん冒険者ケインの善行」「地球の夜」

第80回　読書週間

静かだけど、冒険中。



１０月２７日（火）から
１１月９日（月）までの
２週間は読書週間です。
今回の標語は
「静かだけど、冒険中。」
読書週間に合わせ、企画展示や
読書クイズを行っています。



★サブ展示

『 読書クイズ』

恒例の「図書館読書クイズ」を開催中。図書館の本で調べてカウンターの応募箱へ答えを入れてね。**対象は小中学生、全問正解者には記念品をプレゼント！**

※正解者多数の場合は抽選となります。



読書週間とは。

戦後間もない１９４７年（昭和２２年）に、「読書の力によって、平和な文化国家を創ろう」と出版社、取次会社、書店と公共図書館を中心に新聞・放送のマスコミ機関の協力で第１回「読書週間」が開催されました。

各地で講演会・図書に関する展示会が開かれ、評判になり、第２回からは、文化の日をはさんで２週間開催しています。



読んでみませんか？

-新着図書のご案内-

（一般）

健康寿命を延ばすために 知りたいことが全部のってる本

主婦の友社　編
主婦の友社

この本は健康寿命を延ばすために必要なアドバイスが書かれています。健康寿命とは、元気に暮らせる期間のことを言います。しかし、平均寿命と健康寿命の差は約１０年もあるのを知っていますか？少しでもその差を縮め、８０歳になっても自分の足で歩き、好きなものを食べ自分らしく健康に暮らせるように今からでも意識してみませんか。

（児童）

認知症の世界

おやの　めぐみ　著
メイツユニバーサルコンテンツ

脳が正しく働かなくなってしまう〝認知症〟。それは年齢を問わず、誰もがなる可能性があります。

自身も認知症の夫を介護した経験のある著者が、認知症を正しく理解するために脳のしくみから児童向けにわかりやすく解説。認知症の種類・認知症の人が実際に感じていること・私たちがしてあげられること・治療のいまなど、認知症に寄り添うために大切な情報が満載の一冊です。

（一般）

あの日の チョコレートスキートな５つの欠片

江國　香織　著　他
白泉社

明治ミルクチョコレート誕生１００周年を記念した、５人の人気作家による短編集です。

生きる力をくれた甘い記憶、ほろ苦い青春の恋など、チョコの味わいは物語ごとに違います。

読み終えると、あなたのチョコの思い出も思い返したくなるはず。ひと口ずつ味わうように、ぜひ手にとってみてください。

（児童）

こわいをへらす

魚住　直子　作
偕成社

初めての場所、暗いところ、失敗したらどうしようという不安…。そんな日常の小さな不安や恐怖と向き合い、それを無理に消すのではなく少しずつ減らしていく様子を優しく描いた物語です。

不安な気持ちに耳を傾け、絶妙なアドバイスをくれるぬいぐるみの言葉には、大人の心にも深く刺さる優しさが詰まっています。傷つきやすい子どもの心を優しく包み込んでくれる、爽やかな児童書です。

※本の紹介文は、スタッフが作成しています。

ー さ く ら 随 筆 ー

なぜ私がアイスクリーム屋をはじめたのか Vol.1

山下量子

小さい頃、夢は何？と聞かれて、目を輝かせて、「アイスクリーム屋さん！」などと無邪気に答えた記憶は無い。
しかし、今、私の工房には、アイスクリームを作るのに必要なマシンや設備が並んでいて、ステンレスの無機質な作業台が、天井のライトの光を照らしている。
私は定時の仕事がおわった後、この工房で夜な夜な、アイスクリームの試作や販売用アイスクリームを黙々と作っていたりするのだ。

まさか自分が、アイスクリームを作ることになるとは・・・
きっかけの一つはふるさと納税だった。

私は、毎年、返礼品目当てでいくつかのふるさと納税を申し込みする。シャインマスカットやサーモン、うなぎなどは定番だ。そんな私がふるさと納税について気づいた事。

① 返礼品は、忘れた頃にやってくる
② その頃には、どの市町村に申し込んだかも覚えていない
③ どのお店の品か分かっても、どの町のものなのかは分からない
④ そもそも町の名前が読めない。
⑤ その町が何県なのか分からない。
⑥ その町が県のどこにあるか分からない。
⑦ その町のことはそっちのけで、ただ返礼品目当て

そんな私と同じような人もたくさんいるのではないか、そう思っていた。

そんなとき、「着る岩盤浴」といわれるBSファインのレッグウォーマーを購入した時のこと。届いた箱にオリジナルカレンダーも入っていた。見てみると、月のカレンダーの横に素敵な温泉の写真があった。岡山県と書いてある。そう、そのカレンダーでは、その会社の所在する岡山県の魅力を1ヶ月ごとに紹介していたのだ。
それを見るまで、私は岡山県に温泉があることすら知らなかった。高知から北へ向かうとき、温泉といえば兵庫だったり島根だったりのイメージだったから岡山は通りすぎるだけだったのだ。でも、「今度は岡山の温泉に行こう！」と思った。
その時、はっとした。これって、町のPRにすごくなっている。しかも未来の観光客を今、1名増やしている。（私のこと）

これはすごいと思った。私もそんな商品を作りたいと思った。宿毛市のPRを出来る商品を。商品というか、「商品とともに地域をPRする仕組み」を。

それからすぐに構想は固まった。
・商品は、天候での不作などに影響されず、なるべく年中安定的に供給できる素材で作れるもの。
・なおかつ宿毛市の特産品などを使うもの
・ふるさと納税の返礼品として出せるもの

・・・思い浮かんだのは、スイーツだった。
前に、初めて食べた「堀江バターサンド」に衝撃を受け、真似しようとした経験がある。その時はバターの扱いがむずかしく断念した。さらに宿毛には素敵なスイーツが既にある。どうせならまだ無いジャンルの方がいい。
そこで思いついたのがアイスクリームだった。
アイスクリームの原料なら安定的に供給できそうだ。しかも、宿毛市のいちごや文旦、小夏や直七などさまざまなバリエーションが作れる。
しかし、私は本業がある。店頭に立つことは出来ない。しかもアイスクリーム屋の店をはじめたところで、人件費分、稼げるとは思えなかった。
なので、店舗販売無しのふるさと納税返礼品やインターネット販売限定のアイスにすることにした。配送時には、BSファインのように宿毛市の素敵な魅力をPRするパンフレットを同梱する。
ブランド名は宿毛が読めるように「SUKUMO DOLCE（スクモ　ドルチェ）」。
商品名には宿毛がどの県か分かるように、「高知宿毛」をつけよう。
ある日、たまたま市長と遭遇したので「宿毛の名前を商品名に使って良いですか？」そう聞いたら、快くOKしてくれた。
そこから「高知宿毛の潮風」シリーズにしようと決めた。潮風といれたのは、工房が海の目の前で、いつも波の音や船の音、潮風を感じるからだ。そして宿毛を知らない人にも海があることを連想できて良いと思った。
・・・とここまでは良かった。しかし、アイスクリーム製造までの道のりは、そこまで簡単なものではなかった。まず機材がおそろしく高い。中古品も取り入れてうまく揃えた。
アイスクリーム製造免許も難しい。けれども、それもなんとかクリアした。
しかし、私のようにアイスをカップにいれてインターネット販売などとなると、飲食店営業よりもずっと厳しい衛生基準を課せられる。けれど、それもクリアできるだろうと思っていた。
が、それが大きな間違いだった。
ここから、私の挫折が始まる。
（次回に続く）

～新着図書のご紹介～

一般図書



0 「本屋は回る」 五味 太郎
1 「うまくいっている人の考え方」 ジェリー ミンチントン
2 「地図を読みとく図鑑」 今和泉 隆行
3 「これだけで、逮捕」 森 雅人
3 「その家賃値上げ、断れます！」 東借連弁護団
3 「そんな奥さんおらんやろ」 かなっぺ
4 「生き物は「歯」がおもしろい」 ビル シャット
4 「高血圧」 苅尾 七臣
4 「世界最高の睡眠学が教える睡眠の正解」 柳沢 正史
5 「お金の話をするとパートナーが不機嫌になります」 丸山 晴美
6 「エネルギーや穀物をめぐる世界の貿易」 井田 仁康
7 「もっと知りたい源氏物語の美術」 土屋 貴裕
8 「文字をあるく」 飯間 浩明
9 「あの日のチョコレート」 江國 香織
9 「希望の子」 一穂 ミチ
9 「未だ本能寺にあり」 今村 翔吾
9 「オルロージュ」 小川 哲
9 「きずもの」 西 加奈子
9 「春までのセンセイ」 早見 和真
9 「あなたのいない世界で」 原田 ひ香
9 「探偵小石は戻らない」 森 バジル

※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



「マンガでわかる！小学生から知っておきたいAIとの上手なつきあい方」 宮澤 弦
「10歳からの図解でわかる選挙」 林 大介
「みるみる数と図形に強くなるマンガ」 キム ジヨン
「おとなになるのってたいへん！」 小宮 輝之
「認知症の世界」 おやの めぐみ
「木がたおれたあと」 ヴァレンティーナ ゴッタルディ
「あたしのすてきなすてきなベッド」 いとう みく
「パティシエ☆すばる パティシエになりたい！」 つくも ようこ

絵　本



「かいてんずしのずかん」 相田 智之
「くらやみパーティー」 岡田 よしたか
「パンどろぼうとさすらいラーメン」 柴田 ケイコ
「なまけもののおつけもの」 玉田 美知子
「あなたのママになって」 スザンナ シェーン
「どんぐりむらのおいしゃさん」 なかや みわ
「どんぐりずぎゅっ」 秦 直也
「むしむしかぼちゃだいさくせん」 古川 裕子
「あらゆるものがおくりもの」 パトリック マクドネル

★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】

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
29	30					

12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		

開 館 日 時　火～金　10:00～18:30　土・日・祝　10:00～18:00　　は休館日
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

※11月3日(火・祝)、11月23日(月・祝)は、
BGMデーです。

【図書館HP】