



## 【図書館歳時記】 『希望』という明かりを灯し続けて」

手洗いやうがいの励行、マスクの着用、密を避けることなど、「新しい生活様式」の実践が求められるようになった今年が、暮れようとしています。どんな一年でしたか？

図書館では、新型コロナウイルス、テレワーク、おうち時間などに役立つ資料を用意してきましたので、どうぞご利用ください。

来年は明るい話題が多く、笑顔あふれる一年となりますように。



## おすすめの本の紹介

『あおいらくだ』【紫-E-カ】（児童書・絵本）  
茂田まみこ・長村さと子 作 楓真知子 絵 北樹出版

一緒に旅をすることになった、あおいらくだと茶色いらくだ。互いの違いに戸惑いつつも、違うことの素晴らしさに気づいていくという物語です。

人は皆、違います。自分ではない人のことはわかりません。だから、決めつけず、耳を澄まして、たくさんの想像力を持って相手に接する。そうすれば、それぞれの違いが、自分らしさとして素敵な個性になるのだと思います。違いを持った人同士がお互いを尊重し会える社会は、生きやすい社会なのではないでしょうか。虹は七色あるから美しいように、多様な価値観を認め合える、引き立てあえる共生社会を育むための第一歩となるような絵本です。

『定年前後のお金の正解』【591-I】  
（一般書・家政） 板倉京 著 ダイヤモンド社

定年前後の決断が「老後のお金」に直結する…。税金や年金、社会保険、失業手当などの制度は、知らない人が損をする仕組みになっており、「もっと早くお金のことを勉強しておけばよかった」と後悔するものであると、著者は述べています。そして、今まで会社に任せていた「お金」や「働き方」などについて、会社や役所が教えてくれないコツを紹介しています。

「知っておくべきこと」、「どうすればいいのかを決めるためのポイント」、「金銭的な損得の目安」を分かりやすく知りたいと思っている方に、おススメの一冊です。

『栄養まるごと10割レシピ!』【498.5-工】  
（一般書・医療） 東京慈恵会医科大学附属病院  
栄養部 監修 世界文化社

食材の切り方、ゆで方などの工夫で、栄養をまるごと食べることが出来る調理法が書かれています。

例えば、ブロッコリーはゆでると食べやすく柔らかくなり、ビタミンCの残りは44%となりますが、ゆですにレンジで2分温めると、ビタミンCは97%残るそうです。しっかりした食材の歯ごたえが残り、咀嚼回数も増えて、体にいいことがたくさん。

芯やひげも一緒に炊くトウモロコシの炊き込みご飯や、鯖缶でつくる味噌煮など、おすすめレシピも紹介されています。

イラストと写真が多く、体が喜び調理法を楽しみながら学べる一冊です。

『ぼくの、ミギ』【児童913-ト】  
（児童書・物語） 戸森しるこ 作 講談社

この本の主人公は、赤い毛糸のくつ下のヒダリ。くつ下のミギとヒダリはふたりで一足。今までも、これからも、いっしょにいなくちゃ意味がない。それなのに、ある日、活発なミギが行方不明になってしまいます。

ミギを見つけることができれば、ぼくもミギみたいになれるかな…。ミギを探す冒険の始まりです。

くつ下の視点でおはなしが進みますが、くつ下から見た家の中の描写は、とてもユニーク。また、くつ下やぬいぐるみの会話から、その家の家族、特にくつ下の持ち主の男の子の成長がうかがえ、そこが物語の伏線にもなっています。

## 貸出 TOP10

(令和2年10月末現在)

順位	書名	著者名	出版社
1	虚ろな十字架	東野圭吾	光文社
2	クスノキの番人	東野圭吾	実業之日本社
3	マスカレード・ナイト	東野圭吾	集英社
4	流浪の月	凧良ゆう	東京創元社
5	魔力の胎動	東野圭吾	KADOKAWA
6	コンビニ人間	村田沙耶香	文藝春秋
7	清明	今野敏	新潮社
8	危険なビーナス	東野圭吾	講談社
9	きたきた捕物帖	宮部みゆき	PHP 研究所
10	沈黙のパレード	東野圭吾	文藝春秋

## 予約 TOP10

(令和2年11月26日現在)

順位	書名	著者名	出版社
1	クスノキの番人	東野圭吾	実業之日本社
2	流浪の月	凧良ゆう	東京創元社
3	半沢直樹 アルルカンと道化師	池井戸潤	講談社
4	ライオンのおやつ	小川糸	ポプラ社
5	とわの庭	小川糸	新潮社
6	少年と犬	馳星周	文藝春秋
7	カケラ	湊かなえ	集英社
8	JR上野駅公園口	柳美里	河出書房新社
9	きたきた捕物帖	宮部みゆき	PHP 研究所
10	家族じまい	桜木紫乃	集英社

## 「第35回手作り絵本展」を開催します

いわき総合図書館では、12月8日(火)から「第35回手づくり絵本展」を開催します。

子どもたちの楽しい作品や本格的に製本された絵本など、手づくりならではの味わい深い、夢いっぱい作品展です。

入場は無料ですので、どうぞご覧ください。

■会期 令和2年12月8日(火)から  
12月13日(日)まで

■時間 午前10時から午後5時まで

■会場 いわき総合図書館 4階 学習室



【昨年の様子】

## いわき総合図書館 展示棚のテーマ

- 4階子ども展示コーナー 〈おはなしのへや入り口〉  
「クリスマスの本 ふゆのえほん」
- 4階テーマ展示コーナー 〈生活・文学のフロア階段前〉  
「ベートーヴェン生誕 250年」
- 5階テーマ展示コーナー 〈歴史・科学のフロア階段前〉  
「SDGs (持続可能な開発目標)」
- 5階ビジネス展示コーナー 〈商用データベース/パソコン脇〉  
「ビジネスリーダー」
- 5階国際資料展示コーナー 〈いわき資料カウンター脇〉  
「クリスマス」

## 年末年始の休館日と開館時間について



館名 \ 日付	12/27(日)	28(月)	29(火)	30(水)	31(木)	1/1(金)	2(土)	3(日)	4(月)
いわき総合	10時~18時	休	10時~18時			休	10時~18時		10時~21時
小名浜 勿来・常磐 内郷・四倉	10時~18時	10時~19時	休			10時~19時			

各図書館の休館日、開館時間をご確認のうえ、ご利用ください。