

まちとしょ

～大石田町立図書館　information～

Web OPAC
PC・スマホ版

◆☎35-3877　◆公式ＨＰ　http://niji.town.oishida.yamagata.jp/library
◆大石田町立図書館蔵書検索システム（WebOPAC）から蔵書の検索や貸出状況、新着情報の確認などができます。
利用者登録をしている方は、貸出中の図書を予約することができます。詳しくは図書館にご確認ください。

■開館時間　午前9時～午後7時（日曜日・祝日は午前9時～午後5時）　■休館日　毎週木曜日・年末年始ほか
《12月の休館日》３日㈭、10日㈭、17日㈭、23日㈫、24日㈭、29日㈫～31日㈭



《12月の休館日・開館時間の変更について》

虹のプラザの**ワックス清掃**及び**年末年始**に伴う、臨時休館と開館時間の変更があります。ご理解の程よろしくお願いします。

23(水)	24(木)	25(金)	26(土)	27(日)	28(月)	29(火)～1/3(日)
臨時休館	休館	11時～19時	9時～19時	9時～17時	9時～17時	年末年始休館

渡会哲夫様よりご寄附を頂きました

渡会様からは、図書館資料の充実のため、令和５年度より継続してご寄附をいただいております。心より厚く御礼申し上げます。



寄附金で購入した本を展示しています



多くの方に楽しんでいただけるよう、一般書から絵本まで幅広く選びました。ぜひお手に取りご覧ください。
（下記の今月の本の紹介は、その一部です）

今月は、どの本を読む？

新着本から話題の本・おすすめ本を紹介します！



『世界の果ての本屋さん』

（ルース・ショー／著　清水 由貴子／訳　晶文社）

ニュージーランドの最南端、マナポウリ湖のほとりで、ルース・ショーは夫とともに小さな本屋を経営している。彼女は、これまで世界を股にかけ、冒険に満ちた人生を過ごしてきた…。勇敢で、ユーモラスで、切ない真実の物語。



『学校を休んだ日は本をひらいて』

（清 繭子／著　主婦と生活社）

小説家・金原ひとみ、現役医学生・ぎん太、芸人・山田ルイ53世…。不登校や学校が苦手だった経験がありながらも、今は自分らしく人生を歩んでいる著名人が、当時の思いを伝えるとともに支えとなった本を紹介する。

『たまごのないしょばなし』

（しおたに まみこ／作　ブロンズ新社）

ある日、ふと思い立って詩を書いてみた、たまご。詩を朗読会で披露すると、頼んでもいないのにみんなが勝手に感想を言って…。詩を書くことで、はじめての気持ちを抱えるようになったたまごのお話を３話収録。



『絵本ってどうやってつくるの?』

（ダニエル・ナップ／作　若松 宣子／訳　ほるぷ出版）

やあ、ぼくはネズミのコンラート。絵本のつくりかたを教えてあげる！お話のアイデアが生まれてから、企画をとおして、契約書をかわして、原画をかいて、印刷して、そして本屋で売られるまでを描く。



※紹介文は「TRC MARC」より引用。すべて町立図書館蔵書。

小学校統合に向けて

★３校の閉校記念事業を開催しました★







各小学校において、閉校記念事業を開催し、思い出に残る一日を過ごしました。慣れ親しんだ小学校で実施する行事は残りわずかとなりますが、子どもたち自身が主体となって活動し、日々の生活を大切にしながら、チャレンジしています。引き続き、地域の皆様のご理解をよろしくお願いいたします。

【10月開催行事】
大石田南小・・・巨大アートづくり（10月23日）
大石田小・・・・親子スクールコンサート
　　親子ふれあい楽校（10月14日）
大石田北小・・・能楽公演（10月21日）

■教育文化課　学校教育グループ　☎35−2111（内線252）

町長コラム「次世代へ虹をかける」vol.35

『秋の夜長はゆっくりと…』



皆さん、こんにちは！秋も深まりすっかり寒くなり、本格的な冬の到来が目の前ですね。

先日、脳外科の先生とお話しする機会がありました。普段は血圧も正常で元気に働いている方が、突然、脳卒中で倒れる。こうした患者さんの中には、徹夜が続いたり、仕事が忙しく寝不足の日が続いていた方も多いそうです。「寝不足は、体にとって本当によくないんですよ。日本は睡眠時間が短いんです。寝不足は『自律神経』に良くない。」という話でした。

『自律神経』は、よく車のアクセルとブレーキに例えられます。活動するには、アクセル役の「交感神経」が心拍数を上げ、体を動ける状態にします。休むときには、ブレーキ役の「副交感神経」が心拍を落ち着かせます。忙しさや緊張が続くと、夜になっても気持ちが休まらず、寝つきが悪くなることがあります。眠りが足りないと、翌日に疲れが残り、イライラしたり、集中しづらくなったりします。こうした状態が長引くと、高血圧や脳卒中のリスクが高まることも報告されているそうです。（もちろん睡眠不足だけが高血圧や脳卒中の原因ではありません。）

経済協力開発機構（ＯＥＣＤ）が２０２１年に公表した比較では、日本の平均睡眠時間は７時間22分で、対象33か国中最も短く、全体平均の８時間28分より１時間以上短い結果でした。アメリカは８時間51分、フランスは８時間33分、平均より短い国のイギリス、ドイツで８時間18分、韓国で７時間51分ですので、日本の短さが際立ちます。

仕事や家事が残っている、枕元で携帯やタブレットを見る、つい「もう少しだけ」と寝ることを後回しにしてしまいがちです。忙しい毎日かと思いますが、晩秋の夜長、ゆっくり睡眠時間を取る日を設けてみてはいかがでしょうか。

大石田町長　庄司　中