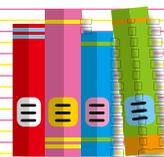


としよかんだより

中央図書館 974-1112
石川図書館 964-5166
勝連図書館 978-4321



あけましておめでとーごさいます

今年も、より一層のサービスの充実をめざし、中央図書館・石川図書館・勝連図書館・3館連携して頑張っています。多くの市民の皆さまのご利用を、よろしくお願い申し上げます。



JICA 沖縄 おはなし会スタンプラリー

「図書館で旅する七大陸」

JICA 沖縄図書資料室と県内の公共図書館 12 館の友情企画！SDGs をテーマに開催されるおはなし会をめぐってスタンプをあつめよう！

日時：1月11日(土)午後3時～

場所：中央図書館



ブックイズ!?

今回は、絵本のクイズを出すよ。3つの中から答えを選んでね。答えを探しに図書館にきてね！

『お月さまってどんなあじ?』(ミハヤエル・グレイニェク 絵と文/いずみ ちほこ 訳/セラー出版)でサルにのった動物は何でしょう?

問題

- ①キツネ ②カメ ③ネズミ

☆ 借りた資料は、中央館・石川館・勝連館、どの図書館でも返却できます。
☆ 図書館にない本は、リクエストすることができます。



よい睡眠で快適生活

毎日、よく眠れていますか?睡眠は食事や運動と同様に、健康を維持するためにとっても大切です。ぐっすり眠って、パッチリ起きる生活を目指してみませんか。

『薬を使わずにぐっすり眠る方法』

おわたのりお 大谷 憲 著/日東書院本社

太陽(日光)、食事、運動、呼吸方法、温める、生活リズムという6つの要素を「あたため目覚め」としてルール化。たった6つのルールで快適な目覚めが実践できます。(一般書)所蔵館 石川

『枕博士が教える

これからずっとぐっすり眠れる枕の本』

おくまたかやす 奥山 隆保 著/幻冬舎ルネッサンス

枕の相談ができる診療所院長の著者が、25年の研究から得た、今夜からぐっすり眠れて、さらに体の不調を軽減するための知恵を盛り込んだ一冊です。(一般書)所蔵館 中央

『子どもが幸せになる「正しい睡眠」』

なれた なおこ かみおか ゆうじ 成田 奈緒子 著 上岡 勇二 著/産業編集センター

心身の不調や学習能力の低下など「子どもの困った」は「正しい睡眠」をとるだけで解決します。睡眠の役割と仕組み、整え方など心身ともに健やかに育つヒントを解説します。(一般書)所蔵館 勝連

■毎週月曜日

■1月1日(水)～4日(土)年始休

■1月14日(火)振替休

■1月23日(木)館内整理日



うるま市教育月間行事

★大人の工作教室 クラフトバッグ

講師:前門 美幸氏

日時:第1回目 2月1日(土)午前10時～午後1時

第2回目 2月8日(土)午前10時～午後1時

場所:中央図書館

対象:市内在住の2週連続受講可能な方

定員:15名(先着順)

材料費:800円

受付:1月18日(土)午前10時～

※材料費をご持参の上、中央図書館にてお申込みください。



大きさ(cm):約30×20×16

★暮らしの中の整理収納

講師:よなみね えりか氏

日時:1月30日(木)午前10時30分～

場所:石川地区公民館 2階

対象:市内在住の方

参加費無料(定員20名・先着順)

受付:1月10日(金)午前10時～

※受付・お問い合わせは、開催する各図書館へお願いします。



今月のおすすめ資料

図書館では、毎月テーマ別に特集を組んでたくさんの資料を展示・紹介しています。

★今月のテーマ★

中央館: BUNGOU (文豪) (一般)
チューもく!ネズミ大集合 (児童)

石川館: カラダに良いこと (一般)
ねずみの絵本 おすすめしまウス! (児童)

勝連館: いろいろな国の昔ばなし

☆館内利用者用コンピュータ端末およびホームページからご覧になれます。



行事案内(1月中旬～2月初旬)

	行事	日時	サークル名等
中央	あかちゃんのためのおはなし会	1月16日(木) 午前11時～	すだち
	おはなしの部屋	1月25日(土) 午前10時30分～	すだち
	おはなし会	2月8日(土) 午後3時～	図書館スタッフ
石川	おはなしワールド	1月18日(土) 午前10時30分～	サークルピピ
	Let's go としよかん	2月1日(土) 午前10時30分～	サークルピピ
	おはなし会	毎週金曜日 午前10時30分～	ラビット
勝連	おはなしパラダイス	1月11日(土) 午前10時30分～	すだち
	おはなしパラダイス	2月8日(土) 午前10時30分～	すまいりー

ミズと③:そくのソノソノ