



8月の休館日: 3日(月)、11日(火)、17日(月)、24日(月)、27日(木)、31日(月)
 開館時間(全館) 午前10時～午後6時

人づくり つながりづくり 地域づくり



新型コロナウイルス感染拡大防止のため、いずれのイベントも会場が混雑する場合は入場を制限する場合があります。

ブックリサイクル

図書館で不用となった本(雑誌を除く)を無料配布します。希望される人は本を入れる袋を持参の上、ご来館ください。なくなり次第終了します。

- 日時 ①8月9日(日)午前10時～ 児童書・一般書(小説・読み物)
 ②8月30日(日)午前10時～ 一般実用書(小説・読み物を除く)
- 場所 ①②ともにみやま市立図書館2階多目的ホール

新着図書紹介

※所蔵していない本は、リクエストでできるだけお応えしていきます。お気軽にお尋ねください。

一般(み) **キャッシュレス生活、1年やってみた**
 ～結局、どうするのが一番いいんですか?～
 美崎 栄一郎/著

キャッシュレスのビジネスモデルと裏側の仕組みを知りたくて、2019年はキャッシュレスで生活してみよう!と決意。現金を使わない生活から、これからの日本のビジネスの方向や現状のビジネスモデルの仕組みを解説する。

一般(み) **石の聲を聴け**
 須田 郡司/著

なぜ古代より人々は石に魅かれるのだろうか。神社に祀られる磐座・巨石、世界にも多く存在する石信仰。アニミズムの視点から石そのものを見つめてきた写真家が、日本各地や世界中で撮影した巨石の写真を収録する。

児童(山) **固有種が教えてくれること**
 ～南西諸島・小笠原諸島にすむ固有種～
 今泉 忠明/監修

固有種を通じて、日本の豊かな自然や歴史、生きものと自然環境の大切さなどを学べる本。ほ乳類から魚類、両生類・は虫類、昆虫まで、日本の島々の中で南西諸島・小笠原諸島にすむ固有種を豊富な写真とともに紹介する。

児童(山) **オンライン! ⑩ ～超頭脳戦と毒牙イゴート～**
 雨蛙 ミドリ/作、大塚 真一郎/絵

虹色のイベント<牙(ぎば)の章(しょう)>に挑戦するナイトメア攻略部。ケモノ型の敵・イゴートは分身できるから大量のオオカミに襲われて!?しかも、噛まれると毒状態に。攻略部でも毒におかされたプレイヤーが出て大ピンチ!

絵本(高) **ちっちゃなつばやきなぞなぞちゃん**
 さいとうしのぶ/作

わたしたちは、ふたご。いつもいっしょ。だーれだ?「たべもの」「しぜん」「くらし」の楽しいなぞなぞがたっぷり入った小さな絵本。なぞなぞちゃんが出すヒントを手がかりに、こたえを考えてね。

絵本(高) **でんにゃ**
 大塚 健太/作、柴田 ケイコ/絵

でんにゃは、ねこのでんしゃ。寄り道が大好きです。魚屋さんでご飯を食べたり、屋根の上で昼寝をしたり、なかなか目的地に到着しません。ようやく着いた終点で、違うでんしゃにのりかえます。さて、どんなでんしゃかな?

(み)みやま市立図書館 (山)山川市民センター図書館 (高)まいピア高田図書館

8月の催し・特設コーナー

場所	もよおし	日時	特設コーナー
みやま市立図書館	日曜コンサート	8月9日(日)、23日(日) 各午前11時30分～50分	一般 平和への想い 児童 平和をねがって
山川市民センター図書館 (山川館)	アニメ上映会 「トムとジェリー」	8月8日(土)午後2時～3時	一般 夏に役立つ本 児童 おぼけがいっぱい
まいピア高田図書館 (高田館)	アニメ上映会 「忍たま乱太郎の宇宙大冒険」	8月15日(土)午前11時～正午	一般 平和への祈り 児童 あつーいなつ

※おはなし会などその他のイベントの日程については、決まり次第図書館ホームページでお知らせします。

ラジオ体操で健康を!

ラジオ体操は、だれでもどこでも手軽にできる体操です。また、正しい動作で継続して行うことで、より良い効果が得られ健康維持にもつながります。

ラジオ体操の効果

- ①血行促進による首・肩の凝り、腰痛の予防
- ②血管の老化防止につながり、脳卒中、心臓病の予防
- ③屈伸運動や跳躍運動による骨粗しょう症の予防
- ④継続的な実施による心肺機能の向上
- ⑤毎日の目標にすることによる活動力の向上

ラジオ体操のポイント

- ①動かしている筋肉を意識することでより良い効果が得られます
- ②筋肉に負荷をかけるときや引き延ばすときに息を吸い、力を抜いて筋肉を緩めるときに息を吐くこと



スポーツ推進委員による Youtube動画を掲載しています



下のURL、またはQRコードからアクセスすると動画を見ることができます。一緒に体を動かしましょう。
https://www.youtube.com/watch?v=bSmrN_dCW3U&feature=youtu.be



ラジオ体操を行うみなさんを支援します

社会教育課では、市民の健康づくりを支援するため、5人以上のグループや団体でラジオ体操を継続して行う場合は、CDラジカセとラジオ体操の音源をセットで貸し出しています。(※数に限りがあります)

ラジオ体操講習会を実施します

- 日時 9月12日(土)午前10時～11時30分
(受付=午前9時30分)
 - 場所 まいピア高田
 - 講師 全国ラジオ体操連盟からの講師
 - 対象 市内在住者(定員100人程度)
- 参加希望の人は、問い合わせ先まで事前に連絡ください。当日参加も可能です。



社会教育課 社会教育係 (Tel.32-9182)