



— ふ ぐ る ま —

図書館だより 314号

(2024.5.1)

三郷町立図書館

三郷町勢野西1-4-4

TEL/0745(33)3030

FAX/0745(33)3188

HP「三郷町立図書館」で検索

令和5年度 貸出ランキング トップ10

一般書

- 1.「52ヘルツのクジラたち」 町田 そのこ
- 2.「汝、星のごとく」 なぎら 凧良 ゆう
- 3.「クスノキの番人」 東野 圭吾
- 4.「マスカレード・ゲーム」 東野 圭吾
- 5.「老人ホテル」 原田 ひ香
- 6.「ブラック・ショーマンと
名もなき町の殺人」 東野 圭吾
- 7.「街とその不確かな壁」 村上 春樹
- 8.「老害の人」 内館 牧子
- 9.「同志少女よ、敵を撃て」 あいさか とうま 逢坂 冬馬
- 10.「白鳥とコウモリ」 東野 圭吾

児童書

- 1.「くすのきだんちは10かいだて」 ぶしか 武鹿 悦子
- 2.「アンパンマンとさばくのたから」 やなせ たかし
- 3.「かいけつゾロリのでんごくとしごく」 原 ゆたか
- 4.「だるまさんと」 かがくい ひろし
- 5.「はらぺこあおむし」 エリック=カール
- 6.「大雪のサバイバル」 ポドアルチング
- 7.「くすのきだんちのあめのひ」 武鹿 悦子
- 8.「たまごをこんこんこん」 あかま あきこ
- 9.「かいけつゾロリのじごくりょこう」 原 ゆたか
- 10.「だるまさんの」 かがくい ひろし

5月カレンダー

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	

【開館時間】

月～土/午前9時30分～午後7時

日・祝日・振替休日

／午前9時30分～午後5時

4日(土)は午後7時まで開館します。

【休館日】

・毎週水曜日

・館内整理日—5月13日(月)



自律神経を整える

- 「漢方ツボ押し大全 — 自律神経も整う」 さくらい だいすけ 櫻井 大典 490.9サ
- 「知識ゼロでも楽しく読める！自律神経のしくみ」 荒木 のぶお 信夫／監修 491.37チ
- 「10秒で自律神経が整うツボゆらし」 久保 和也 492.75ク
- 「かんたん自律神経健康法」 安田 ゆずる 譲 492.79ヤ
- 「女はいつも、どっかが痛い — がんばらなくてもラクになれる自律神経整えレッスン」
やまざき あつこ 495ヤ
- 『『聞こえ』がよくなる耳トレ CD ブック
- 一耳鼻科医が推奨！自律神経が整う極上の自然音」 きだ 喜田 圭一郎 496.6キ
- 「自律神経を整えれば『食いしばり・歯ぎしり』は解決する」 小林 ひろゆき 弘幸 497コ
- 「10代のためのココロとカラダの整え方」 吉田 誠司／監修 483ジ
- 「自律神経」 工藤 たかふみ 孝文 498.3ク
- 「おとなの音読 — 1日1分で自律神経が整う」・「部屋で自律神経を整える」
- 「70歳からの人生を豊かにする不調がどんどん消えていく自律神経の整え方」
小林 ひろゆき 弘幸 498.3コ
- 「落語で不調を改善！笑って自律神経を整える」
立川 らく朝 498.3タ
- 「元気に長生き — 自律神経の名医が教える生活習慣」
田原 総一郎 498.3タ



「自律神経となかよくなるぴよんぴよん体操」

みやこし
宮腰 圭 498.3ミ

「自律神経にいいこと大全100」

森田 遼介 498.3モ

「敏感な人のための自律神経まるわかり BOOK」

原田 けん
賢 498.39ハ

～自律神経を整えて、疲労回復～

「眼精疲労がとれて、よく見える！目のすっきりストレッチ

ー ドライアイ・スマホ老眼・自律神経の不調も根本から改善」

有田 玲子／監修 496.4ガ

「隠れ疲労—休んでも取れないグッタリ感の正体」

梶本 おさみ
修身 498.3カ

「自律神経の名医が教えるココロとカラダの疲れとり大全」 小林 弘幸 498.3コ

「子どもの養生習慣60」

若林 理砂 489.7ワ

～ぐっすり眠るために～

「自律神経の名医がつくったぐっすり眠るための CD ブック」

小林 弘幸 498.36コ

「寝る前ストレッチで痛み・コリが消える！ — 睡眠の質が上がり自律神経が整う」

しば まさひと
柴 雅仁 498.3シ

「まんがでわかるぐっすり眠れる体の整え方」

やざま
矢間 あや 498.36ヤ



5月の行事

【おはなし会】

日曜日 午前10時30分
とき 5日・12日・19日・26日
ところ おはなしルーム

【土曜の午後のおはなし会】

とき 11日(土) 午後2時
ところ おはなしルーム

【アニメ映画会】

とき 6日(月・祝) 午後2時
(午後1時30分開場)
ところ 視聴覚室
「おしりたんてい⑦」 60分



【上映会】

とき 午後2時(午後1時45分開場)
ところ 図書館1階 視聴覚室 ※入場無料

4日(土) 「さびしんぼう」(1985年) 110分
監督/大林 宜彦 出演/富田 靖子、尾美 としのり
18日(土) 「グランド・ホテル」(1932年) 112分 字幕 モノクロ
監督/エドモンド・グールディング 出演/グレタ・ガルボ

【生涯学習室 開室日】

開室日 土・日・祝日
20日(月)～27日(月) (休館日を除く)
開室時間 午前9時30分～閉館 30分前まで
対象 町内の方

