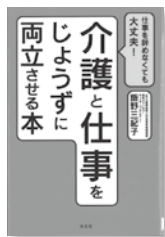


その他のオススメ新刊



介護と仕事を
じょうずに
両立させる本

飯野 三紀子 / 著
(方丈社)



35歳からの
おしゃれ術

藤巻 英治 / 著
(彩図社)



子どもにちゃんと
伝わるお金の
「しつけ」

たけやきみこ / 著
赤星 ポテ子 / 画
(近代セールス社)



やってはいけない
ウォーキング

青柳 幸利 / 著
(SB Creative)



まな板いらずの
絶品レシピ

金丸 絵里加 / 著
(家の光協会)

新着案内 今月のイチ押し新刊

「家事」は毎日続く仕事みたいなものですが、仕事と違って報酬はありません。料理、洗濯、掃除にルールを決めて行おうとしても、思うようにいかず途中でストレスを感じた経験がある人は多いのではないのでしょうか。

この本では、家事の目標値を100点満点の50点にしようと提案しています。

例えば食材はまとめて下処理をすれば、後の作業が楽になります。タオルや服の断捨離をすると毎日の洗濯は一回で済みます。掃除は見えるところだけをきれいにする「そこそこキレイ」を目指します。視点を変えることで、家事に達成感を得て苦手意識からも解放されるそうです。

家事にご褒美がないなら自分で用意しよう！と、ひと手間かけたお茶を飲んだりお気に入りの音楽を聴いてゆったり過ごすのも、前向きに家事に取り組めるきっかけになるかもしれません。

これからは自分流に家事を楽しんでみてはいかがでしょうか？



「50点家事」
サチ / 著
(ワニブックス)

移動図書館車つくしんぼ号巡回表

8月	時間	9:30~10:10	10:30~11:10	13:30~14:10	14:30~15:10	15:30~16:10
	14 (火)	大 公 民 館	石 公 民 館	須 原 公 民 館	筑紫公民館 ちくし台分館	美しが丘北 公民館
1 (水)	15 (水)	山 家 1 区 公 民 館	山 家 2 区 公 民 館	阿 志 岐 小 学 校	葉 光 ヶ 丘 パピリオン葉光	都 集 会 所
2 (木)	16 (木)	公 限 館	光 が 丘 公 民 館	天 拝 坂 公 民 館	北 杉 塚 公 民 館	山 口 校
3 (金)	17 (金)	平 等 寺 公 民 館	む さ し ヶ 丘 公 民 館	山 小 学 校	岡 隣 保 館	美 隣 保 館
7 (火)	21 (火)	山 家 下 コ ミ ュ ニ テ ィ	見 公 民 館	京 町 小 学 校	桜 公 民 館	筑 紫 コ ミ ュ ニ テ ィ
8 (水)	22 (水)	馬 市 西 公 民 館 跡	小 田 吉 公 民 館	吉 小 学 校	み か さ 台 公 民 館	点 検 整 理
9 (木)	23 (木)	東 吉 木 公 民 館	宮 の 森 団 地 第 2 公 園	美 し が 丘 南 公 民 館	筑 紫 南 コ ミ ュ ニ テ ィ	筑 紫 東 校
10 (金)	24 (金)	上 阿 志 岐 西 公 民 館	牛 島 園	筑 紫 小 学 校	筑 紫 駅 前 通 公 民 館	永 隣 保 館

● 8月の休館日 6日(月)、13日(月)、20日(月)、27日(月)、29日(水)

- 日時 9月13日(木)、14時~15時
- 場所 市民図書館集会所
- 講師 寺田蝶美さん(筑前琵琶保存会師範博多蝶美会主宰)
- 定員 先着50人
- 申込開始 8月8日(水)、10時
- 申込方法 図書館カウンターまたは電話
- 問い合わせ先 市民図書館 ☎(928)4343

筑前琵琶が奏でる
筑紫野の歴史



平成30年度
文化講座

武蔵寺や宝満山など筑紫野市に伝わる歴史物語を筑前琵琶師範・寺田蝶美さんが琵琶の音色に乗せて語ります。琵琶や演奏曲についての解説もあります。地元の歴史や筑前琵琶に興味のある人は、ぜひご参加ください。