

その他のオススメ新刊



おばあちゃんと
おやつ

産業編集センター/
編
(産業編集センター)



知識ゼロからの
西郷隆盛入門

木村 幸比古 / 監修
(幻冬舎)



マンガでわかる
発達障害の僕が
羽ばたけた理由

栗原 類 / 著
(KADOKAWA)



日本語のへそ

金田一 秀穂 / 著
(青春出版)



こども論語

齋藤 孝 / 著
(草思社)

新着案内 今月のイチ押し新刊

声に出して本を読むというのは子どもや学生の頃に経験した人が多いと思いますが、大人になってからは、声に出して何かを読む機会はあまりないのではないのでしょうか。

しかし、「音読」には体にも心にも良い作用がたくさんあると本書では解説されています。

声を出すという行動は、やる気や自制心をつかさどる脳の前頭葉を刺激すると同時に、気持ちを安定させるセロトニンの分泌を促す作用があり、認知症やうつ病の予防にも効果があるそうです。

また、はっきりと声を出すことで、どの筋肉が鍛えられ、食べ物が誤って気管に入るような誤嚥(ごえん)を防ぐ効果も期待できると紹介されています。

声を出すことを楽しむ機会が減った大人にこそ、「音読」はおすすめのストレス解消法と健康法ではないでしょうか。



「心とカラダを整える
おとなのための1分音読」
山口 謡司 / 著
(自由国民社)

移動図書館車つくしんぼ号巡回表

4月	時間	9:30~10:10	10:30~11:10	13:30~14:10	14:30~15:10	15:30~16:10		
10 (火)	24 (火)	大 公 民 館	石 館	須 原 館	筑紫公民館 ちくし台分館	美しが丘北 公 民 館	原 小 学 校	田
11 (水)	25 (水)	山 家 1 区 公 民 館	山 家 2 区 公 民 館	阿 志 岐 小 学 校	葉 光 ケ 丘 パピリオン葉光	都 集 会 所	坂 所	
12 (木)	26 (木)	隈 公 民 館	光 が 丘 公 民 館	天 拜 坂 公 民 館	北 杉 塚 公 民 館	山 小 学 校	口 校	
13 (金)	27 (金)	平 等 寺 公 民 館	む さ し ケ 丘 公 民 館	山 小 学 校	岡 隣 保 台 館	美 隣 保 館	咲 館	
3 (火)	17 (火)	山 家 コミュニティ	下 公 民 館	見 京 児 童 センター	町 桜 公 民 館	筑 紫 南 小 学 校	筑 紫 南 小 学 校	紫 東 校
4 (水)	18 (水)	馬 公 民 館	西 小 田 公 民 館	吉 小 木 小 学 校	み か さ 台 公 民 館	点 検 整 理		
5 (木)	19 (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 南 小 学 校	永 隣 保 館	岡 館
6 (金)	20 (金)	上 阿 志 岐 公 民 館	牛 島 園	筑 小 学 校	筑 紫 南 小 学 校	筑 紫 南 小 学 校	永 隣 保 館	岡 館

● 4月の休館日 2日(月)、9日(月)、16日(月)、23日(月)、25日(水)

- 日時 4月21日(土)、14時~15時
- 定員 100人(入場無料・申込不要)
- ※定員を超えた場合は、入場をお断りすることがありますので、ご了承ください。
- 場所 市民図書館集会室
- 問い合わせ先 市民図書館 ☎(928)4343

旅が大好きなからつとさんと
ぶらつとさん。
ナベ・ピンポン玉・新聞紙な
どの道具をつめこんだトランク
を開けたら：
ワクワク・ドキドキするお芝
居のはじまりだよ！

劇団風の子九州公演
「はらひつと・はらひつと」

平成30年度
こどもの読書週間イベント

