

図書館くらぶ

問い合わせ先／市民図書館
☎(928)4343

新刊
科学的に自分を
変える39の方法

堀田 秀吾／著
(クロスメディア・パブリッシング)



ダイエットをし
ようとしても、す
ぐに誘惑に負けて
お菓子を食べてし
まったり、自分で
決断するのが苦手

で、いつも人の意見に流されてしまったりするな
ど、どうにかしたいけれど自分でもなかなか変え
られなくて困っている癖や習慣はありませんか。
この本は、そんな自分の困っている癖や習慣に
ついて、心理学や脳科学、言語学などの研究結果
に基づいた具体的な解決法や対処法を紹介してい
ます。
専門家による実験や観察で実証された「科学的
な方法」で、あなたも自分の悩みを解決してみま
せんか。



ジソウのお仕事
青山 さくら／著
(フェニックス)



老後に住める
家がない
太田垣 章子／著
(ポプラ社)



母さんは
料理がへたすぎる
白石 睦月／著
(ポプラ社)



朔と新
いとう みく／著
(講談社)



さくらがさくと
とうどう なりさ／さく
(福音館書店)

「ラム本のひとこと」

わらべうたのちから

両手で顔を隠して「いないない
い…」と、少しもつたいぶつてから「ば
あー」の声と一緒に隠れていた顔
を見せると、赤ちゃんはびっくり
したような、でもとっても幸せそ
うな顔をして笑ってくれます。
わらべうたは、古くから人から
人へと歌い継がれ、今でも世界中
で笑顔の花を咲かせています。
おはなし会やブックスタートで
わらべうたを歌ったり聞いたりし
ていると、目の前のご家族と一緒
に自分まで笑顔になっていること
に気づきます。
もしかしたら、幼い頃に、家族
で過ごした愛情あふれる優しい時
間の思い出が、潜在意識の中にあ
るのかもしれないね。
目まぐるしい日々だからこそ「わ
らべうたのちから」で、元気をも
らいたいものです。

6月 移動図書館車つくしんぼ号巡回表

日	時間	9:30~10:10	10:30~11:10	13:30~14:10	14:30~15:10	15:30~16:10
2	16 火	大石公民館	柚須原公民館	筑紫公民館ちくし台分館	美しが丘北公民館	原田小学校
3	17 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	都坂集会所
4	18 木	隈公民館	光が丘公民館	天拝坂公民館	北杉塚公民館	山口小学校
5	19 金	平等寺公民館	むさしヶ丘公民館	山家小学校	岡田隣保館	美咲隣保館
9	23 火	山家コミュニティ	下見公民館	京町児童センター	桜台公民館	筑紫コミュニティ
10	24 水	馬市公民館	西小田公民館	吉木小学校	みかさ台公民館	点検整理
11	25 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	筑紫東小学校
12	26 金	上阿志岐西公民館	牛島公園	筑紫小学校	筑紫駅前通公民館	永岡隣保館

●6月の休館日 8日(月)、15日(月)、22日(月)、24日(水)、29日(月) ※感染症予防対策に伴い変更する可能性があります。