



2025 年 11 月号



江津市図書館 ホームページはこちらから！

2025 図書館まつり レポート

10 月は図書館まつりへのご来場、ありがとうございました。期間中に行った企画を写真でご紹介します。



↑映画パンフレット・関連本展示



↑リユース市



← 映画上映会
↓上映会にあわせた
パン・ドーナツ
の出店



↑びゅんびゅんゴマ
工作コーナー



→ 竹のマラカス・
木のカスタネット
作り



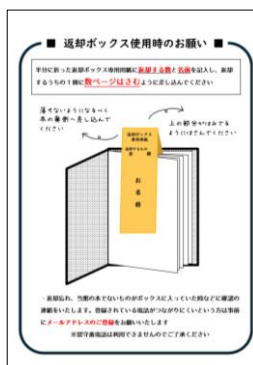
歴史探訪会の ごあんない

身近な街の旧跡などを解説をまじえて巡る「歴史探訪会」。今年は波積地域の歴史を知るコースをご案内します。どなたでもご参加いただけますので、どうぞお気軽にお申込みください。

- 日時 11 月 27 日 (木)
午前 9:00～午後 0:30
- 歴史遺産の探訪コース
高倉山八幡宮、波積ダム、岩瀧寺の滝、
福城寺の杉
- 講師 波積ダム職員、宮役員
- 募集定員 20 人
※定員を超えた場合はお断りすることがあります
- 交通機関 マイクロバス
- 参加費 一人 1,000 円
- 集合場所 江津市総合市民センター駐車場
(午前 8:30 頃)

返却ボックス用紙変更のお知らせ

返却ボックス利用時に記入いただく専用用紙の形態を、この度大幅に変更いたしました。新しい用紙は色付きとなり、本の上部を数ページはさんでもらう形となっております。記入事項は、「お名前」と「返却冊数」の2つのみで、これまでの用紙よりも簡便になりました。返却ボックスご利用の際には使用方法をご覧ください、ご協力をお願いいたします。



11 月の

休 館 日



■毎週火曜日

4・11・18・25 日

■月末休館日

30 日(日)

新着図書

※前月の 20 日頃までの新着図書の一部です

請求番号	タイトル	著者・監修者 他
09	小泉セツとハーンの世界 小泉八雲「怪談」誕生のひみつ	三成清香：著 長田結花：絵
007	“ただ使う”だけじゃない！ゼロからわかるスマホのしくみ	大澤文孝
141.75	科学的に証明されたすごい習慣大百科	堀田秀吾
151.5	やさしいがつづかない	稲垣諭
222.01	地図とあらすじでわかる！図説史記	渡辺精一：監修
318	まちづくりゲームカタログ	安藤哲也
369.9	相談するってむずかしい	青山ゆみこ：文 細川貂々：漫画
389	フィールドワークのちから 「いまここ」を抜け出す人類学	奥野克巳
468	外来種がいなくなったらどうなるの？	宮本道人；古澤正三：編著
492.54	医師が教える温泉の教科書	早坂信哉
521.82	日本の城を攻める！お城白熱教室	中井均；加藤理文：著
594.9	ぬいぐるみの型紙の教科書	ippo たおか
611.2	続 使い切れない農地もっと活用読本	農文協：編
707	つくるをほぐす	山内佑輔
780.7	叱らない時代の指導術 NHK出版新書	島沢優子
902.3	怖い話名著 88	朝宮運河
913.6	라이어ハウスの殺人	織守きょうや
913.6	酒亭 DARKNESS	恩田陸
929.13	涙の箱	ハン・ガン
932.5	学校では教えてくれないシェイクスピア 「名作」と友達になる	北村紗衣
E	いちにちおこめ	ふくべあきひろ
E	パンどろぼうとスイーツおうじ	柴田ケイコ
E	ギリギリオニギリーズ	玉田美知子
K280	オードリー・ヘプバーン	迎夏生：漫画
K361	自己決定の落とし穴 ちくまプリマー新書	石田光規
K597.5	捨てられないずかん	米田まりな
K783	球技のためのスポーツビジョントレーニング	石橋秀幸：監修
P	【紙芝居】もし、とじこめられたら 防災教育・閉じ込め事故防止	キムファン：脚本
C	【CD】THE BADDEST IV&Timeless Hits	久保田利伸
C	【CD】Prema	藤井風

江津市図書館

【本 館】〒695-0011 島根県江津市江津町 995 ■ TEL (0855) 52-0551
FAX (0855) 52-0552

【桜江分館】〒699-4226 島根県江津市桜江町川戸 11-1 ■ TEL/FAX (0855) 92-0300
開館日：水曜日～月曜日 休館日：火曜日・毎月月末日・特別整理休館日・年末年始
開館時間：（通常業務）午前 10 時～午後 6 時



ルーティンとは、日本語で日課や習慣のことをいいます。

皆さんは毎日続けていること、習慣になっていることはありますか？
小さな「今日もできた！」の積み重ねが自己肯定感を向上させ、心と体の健康にもつながるそう。

何かやってみたいと考えている人はぜひこの本棚へ。

きっとあなたの生活がより豊かになりますよ。

みんなのルーティン
あつめました♪



『ふたりウォーク』

佐々木千紘：著

毎日ウォーキングをするぞ！と意気込んでも、なかなか1人だと続かない…。でも、2人だったら続けられるかも！姿勢がキレイに！幸せ度アップ！脳が若返る！など、ふたりウォークはいいことばかり。
運動はストレス発散にもなりますよね。ぜひ大切な人と一緒に、健康目指して歩いてみませんか？

『人生を整える「瞑想」の習慣』

加藤史子：著

大企業も多く取り入れているほど注目を集めている“瞑想”。
なんだか難しいイメージがあるかもしれませんが、誰でも簡単にできますよ。
「シチュエーション別」瞑想は、その日の気持ちや状況に合わせて使えるものがたくさん紹介されています。
心を整えるって大切なことですね。

『書くだけで心、もの、お金が整う 私のノート、手帳術』

主婦の友社：編

ノートの達人やインスタグラマーの方の“書いて整える”アイデアを紹介。
紙に書き出すことで、考えがまとまり頭の中がスッキリしますよ。
お気に入りの文房具を使うのも気分が上がります。
早速、ノート・手帳を開いて“書いて整う”始めてみましょう。

中村吉右衛門主演の鬼平エンディング曲、ジプシーキングスの「インスピレーション」が好きだ。
初めて聴いた時は、時代劇とのギャップに驚いた。一体誰がこんな選曲も？と思いきたら、原作者の池波正太郎氏がラテンギター好きだった為、この曲になったらしいさすかい!!

やたらと多い
食事シーン。
観るとお腹がへる



密偵
おまさ



鬼平
(似てない!!)



みはしにかこの
月刊
シネマ



『鬼平犯科帳 五年目の客』 貸出用 DVD 有

2016 年放送 (テレビドラマ) 92 分 監督：山下智彦
出演：中村吉右衛門、多岐川裕美、梶芽衣子 ほか

江戸時代中期、盗賊・凶賊たちから「鬼の平蔵」と恐れられた、火付盗賊改方長官・長谷川平蔵の活躍を描く池波正太郎原作本のドラマ。1989 年より長きにわたってファンを魅了し続けてきた、中村吉右衛門版鬼平のフィナーレを飾る作品の前編。



おや？

当館キャラクターの“カシテーニョ”が、職員たちの雑談に聞き耳を立てていますよ。今月はどんな話をしているんでしょう…？

B：小泉八雲の妻・セツをモデルにした朝ドラ「ばけばけ」が始まりましたが、実はこのドラマの初回パブリックビューイングというのに参加してきました…！

A：そんなのあったんだ！どこで？

B：松江です。リアルタイムの放送をみんなで見るという趣旨で、受付が7時台だったので、家を5時出発ですよ（笑）こんなに気合入れて初回を見る朝ドラは初めてでしたが、演者のトークショーもあったりしてとても楽しかったです♪朝ドラご覧になってますか？

C：最近は全然。昔なら「うずしお」や「おはなはん」なんかは見ていたような…。

A：おお…タイトルだけは聞き覚えが。今はお昼の再放送だけでなく、見逃し配信もあったりして見やすくなりましたよね。

B：1週間分をまとめて放送したりもしますが、うちは毎日録画しておいて、晩御飯を食べる時間に1回ごとに見るというのを長年の習慣にしています。やはり15分ずつだと疲れずに見られるんですよ～。これまでの朝ドラで印象に残っているものはありますか？

A：「マーガレット」だったけ？

D：戸田恵○香の？松下○平がブレイクした…

B：それは「スカーレット」じゃ？！

A：ほらほら！コシノ三姉妹の…

D：「カーネーション」ですか？！

A：それーっ！花の種類のうろおぼえがすごい（笑）逆に面白くなくて印象に残ってるものとかもあるよねー。

B：本編見てなくても、SNSの酷評で見た気になります。

D：時代ですね…。

B：我々世代だと「おしん」が金字塔って感じですかね～。

A：海外では、日本のイメージがあつたドラマの世界観のままという人もいまだに多いとか。それぐらいたくさん見られてるってことでしょうね。

B：大根めし…（食べたいだけ）

C：そう言えば5年位前、肉離れで整形外科へ通院していたときの待ち時間に、当時の朝ドラとその後にやるバラエティ番組の冒頭で、その日のドラマの内容について話す…

D：“朝ドラ受け”！

C：それを毎日見てから出勤していたことを思い出しました。

B：病院ってNHKが点いているところが多いですもんね。患者さん同士で一体感生まれそう（笑）

病院の待合室は、
静かなるパブリックビューイング
ってことか（どうぞお大事に…）



＼ 今月のおすすめ本 /

『思い出の“朝ドラ”大全集』（778）

『小泉セツとハーンの物語』（09・児童）

『因果ばなし』（E・新）

雑記帳

秋の味覚

秋も深まり、「食欲の秋」といわれるように食べ物がおいしい季節です。

11月は、10月よりも寒くなってきました。そのため、産卵期を迎える前の魚、寒さに耐える野菜等々、栄養をたっぷり蓄え、うま味がアップしている旬の食材がいっぱいの季節です。

この時期に旬の食材をしつかり食べること、は、冬の寒さに向かつて気温変化が原因となる体調不良を防止することにつながります。

11月の代表的は旬の食材をあげてみます。

まぐろ：代表的なものは黒まぐろです。約3年で成熟し、6年魚だと体重150kg、体長2mぐらいになることもあります。

ししゃも：北海道産の淡水魚です。柳の葉のようにすりすりとして11月になると十勝川など産卵のため海から上ってきます。産卵期にも味が落ちません。

ほうれん草：原産地はイラン。漢代の中国に伝わり、江戸初期に日本に伝わりました。

長芋：地下の塊根が1m以上になることもあり、通常山地に自生するものですが畑地栽培もされます。

《参考文献》『味覚事典』（奥山益朗編）・『味覚の歳時記』（講談社）