

1	2	3	4	5 とどっこ おはなし会	6 秋のおはなし会 ホウホウ	7 とよかんおはなし会 ミニミニ
8	9 蔵書点検 休館	10	11	12	13	14
15	16 蔵書点検 休館	17 シネマサロン	18	19	20 まめまめ わらべうたの会/ 子ども映画会	21 とよかんおはなし会 ミニミニ
22	23 勤労感謝の日	24	25	26	27 とよかん おはなし会/ シネマサロン	28 とどっこおはなし会
29	30	●は休館日です。				

とよかんクリスマスコンサート2021

～2台のチェロで楽しむクリスマス

12月5日(日)
 <第1部> 13:30～(受付は13:00～)
 △子どもから大人まで 対象
 <第2部> 14:15～(受付は14:00～)
 △中学生以上 対象

各部とも
 受付場所:3階エレベーターホール

●3階 視聴覚ホール
 定員 各回 先着40人

本のリサイクル

を行います

11月17日(水)～12月15日(水)
 10:00～16:00

リサイクル本がなくなり次第終了
 ●3階 エレベーターホール

- ・冊数の制限 なし
- ・一度持ち帰られた本の返却はできません
- ・リサイクル本の書名、内容についてのお問合せや取置きは行いません

シネマサロン

『こねこ』

<ロシア映画・字幕 / 84分>定員:各回 先着 30名

17日(水) / 27日(土) 14:00～

真冬の大会場モスクワで、アパートの窓からトラックの屋根に転落して遠くへ運ばれてしまった子猫のチグラーシャ。フェージン家のワーシャたちに助けられながら、飼い主の元へ戻ろうとする子猫と仲間たちの冒険物語。

予約制 受付:11月2日(火) 10:00～ (※上映当日は予約できません) 予約方法: カウンターまたは電話にて利用者カードの番号とご希望の鑑賞日をお伝えください。



とよかん がつせん さるかに合戦!

28日(日) 10:00～ なくなり次第終了

△小学6年生以下 対象

5冊以上本を借りると「さるかに合戦参加券」をお渡します。さるかに合戦のアミダクジで、さるかに合戦の折り紙が当たります!



子ども映画会

『映画コラシヨの海底わくわく大冒険!』

<アニメ/60分>

20日(土) 14:00～ 場所: 3階 視聴覚ホール

定員: 先着 10家族

いろいろなものに言葉を与える「コラシヨパワー」を持つコラシヨのパワーがだんだんと効かなくなってきた。コラシヨパワーの謎を知るため深海への冒険に出かける。深海生物と潜水船については「しんかい6500」を保有するJAMSTEC(国立研究機関法人海洋研究開発機構)が全面協力!

予約制 受付: 11月2日(火) 10:00～ (※上映当日は予約できません) 予約方法: カウンターまたは電話にて代表者の利用者カードの番号と人数をお知らせください。



蔵書点検のお知らせ

下記期間は蔵書点検の為休館いたします。返却は返却ボックスをご利用ください。

本館	9日(火)～16日(火)
北館	16日(火)～19日(金)
和邇館	23日(火)～26日(金)
南郷分館	12月1日(水)～3日(金)

いつでも読書週間! キャンペーン

本とあなたにブックカバー

10月27日(水)～11月7日(日)

△中学生以上 対象

◎自分のカードで5冊以上本を借りた方に

文庫本サイズの津市立図書館オリジナルブックカバーをプレゼント!

前期・中期・後期でデザインが変わります。

この機会にぜひ図書館で好きな本を選んで、読書をお楽しみください!

詳しい期間などは館内チラシをごらんください。

本館のおはなし会



行事名	11月実施日	時間	内容	場所	対象	定員
とよかんおはなし会ミニミニ	7日(日)/21日(日)	14:30～14:50	絵本の読み聞かせと手あそび	3階 視聴覚ホール	幼児・児童	先着 20名
おはなし会ホウホウ	6日(土)	16:00～16:30	ストーリーテリングのおはなし会	3階 視聴覚ホール	幼児・児童	先着 30名
とよかんおはなし会	27日(土)	11:00～11:30	絵本の読み聞かせなど	3階 視聴覚ホール	幼児・児童	先着 20名
とどっこおはなし会	5日(金)/28日(日)	11:00～11:20	絵本の読み聞かせと手あそびなど	3階 視聴覚ホール	乳幼児と保護者	先着 20名
まめまめわらべうたの会	20日(土)	11:00～11:20	大人も子ども一緒にわらべうたあそびを楽しみましょう	3階 視聴覚ホール	乳幼児と保護者	先着 20名

くわしくは『HOOT』をごらんください。

トピック

和邇図書館

TEL 594-2050

おはなしかいケロケロ

7日(日) 11:00～11:20

◎おはなしと絵本の読み聞かせ
 △幼児・児童とその保護者 対象

●2階 会議室
 定員 10組



おはなしかい

27日(土) 11:00～11:30

◎おはなしと絵本の読み聞かせ
 △幼児・児童(3歳～) 対象

●2階 会議室
 定員 10組



びよびよ おはなしかい

27日(土) 10:30～10:50

◎絵本と手遊び。ふれあいあそびなど

△幼児(0歳～3歳) 対象

●2階 会議室
 定員 10組



朝、お布団から出にくくなりましたね～
 「朝起きてお日様にあたる目が覚めて一日元気にすごせます。」
 って、聞いたことがありますよね? 「目が覚める」だけなのでしょうか?

科学的には、目の網膜から入った光が脳を刺激して、セロトニンを活性化させ、すっきり目が覚めます。ただこの光は太陽光のような強い光が必要です。かといって、直接太陽を見ることはしないでください。曇った日に室内に光が差し込む程度でも5000ルクスはあります。(蛍光灯は500ルクス程度です。)

そしてこのセロトニンは免疫機能を高める働きもあります。このセロトニンの免疫機能を高めるにはもうひとつ工夫。それには「集中」することと「しっかり呼吸」すること。散歩やガムをかむこと(しっかり咀嚼すること)がセロトニンの分泌を高めます。

また、丹田呼吸法も有効です。読経をしたり、歌を歌ったり、尺八やサクソを拭くのも良いでしょう。ヨガや気功などもなおさらです。都会の雑踏を歩くのではなく、歩くことに集中して、呼吸を整え、自然の中を30分程度歩きましょう。

幸い、琵琶湖と比良の山々の自然に囲まれるわが町はセロトニンを活性化させ、免疫を高める絶好の場所ではありませんか?

(参考文献:『ストレスに強い脳をつくる6つの習慣』ほか)

北図書館

TEL 574-0145

おはなし会「たーたか」

6日(土)/20日(土) 11:00～11:30

◎絵本の読み聞かせや手遊び、紙芝居など
 △乳幼児・児童 対象
 ●児童書コーナー

見聞(ミッキー)シネマ

13日(土) 14:00～14:50

『ざんねんないきもの事典②』
 (アニメ/50分)

●1階 ホール
 先着 60名 (要申込)

季節のおはなし会

3日(水・祝) 11:00～11:30

この季節にぴったりなおはなしをおとどけます。

●児童書コーナー

南郷分館

TEL 533-0292

おはなし会 ぎゅ

9日(火) 11:00～11:30

△幼児(0～3歳)対象

●南郷市民センター 2階 和室
 先着 5組

おはなし会

20日(土) 15:00～15:30

△幼児(3歳以上)対象

◎今月のテーマは「おいしいもの」

●南郷市民センター 1階 南郷分館内
 先着 5名

<おはなし会参加の際のおねがい>

おとなの方はマスクの着用をお願いいたします。
 体調のすぐれない方、熱のある方のご参加はお控えください。
 なお、今後の状況により中止となる場合もあります。ご了承ください。

