



ホッとひと息 スタッフコラム

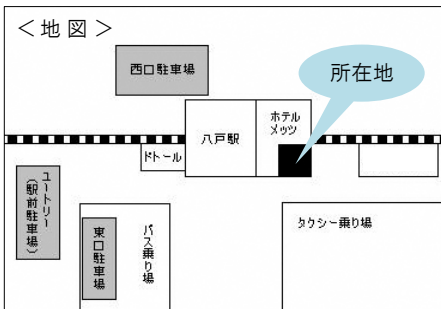
おんではあんせ らいぶらりい

第132回：私の気分転換

新たな年度が始まり、新しい環境でスタートを切る人も多いと思います。慣れるまでは体が疲れたり、憂鬱になったりすることもあるでしょう。そんな時、皆さんはうまく気分転換できる自分なりの方法を知っていますか？ 私の場合は、絵を描いたり、絵の勉強をしたりすることなのだと思ってきました。自由で意味のない絵を描くこともありますし、筋肉や骨格を意識して人間を描いたり、写真を見ながら窓枠や装飾などのディテールが細かい建物を描いたりもします。集中して手を動かしていると頭がスッキリする気がします。

また、絵の描き方の本や画集を読むことも効果がありました。例えば、100年前に雑誌の表紙イラストで有名になったJ. C. ライエンデッカーという人の画集を眺めるのが好きなのですが、いつかこんな綺麗な絵が描けるようになりたい、描けるようになるにはどうしたらいいだろうかと考えると、とても前向きな気持ちになりました。大変な季節も、気分転換を上手に使って乗り越えたいですね。

*** 八戸市図書情報センター 利用案内 ***



○開館時間

平日 10:00～20:00
土日祝 10:00～18:00


○休館日

4月30日(金)

○貸出

図書・雑誌 8冊まで(15日以内)
A V 4点まで(15日以内)

○お車でお越しのお客様へ

地図  部の駐車場に限り、1時間の無料駐車券を発行いたします。
希望のお客様は、お手数ですが、お帰りの際に駐車券のご提示をお願いいたします。

【お問合せ先】TEL (0178) 70-2600

Library Times

4月号
(Vol.0133)

新たなスタート

だんだんと暖かくなり、花が咲き始め、動物や虫たちも動き始めましたね。毎年、桜の開花を楽しみにしています。動き始めるといえば、進学や転勤などで新生活を始めた方も多いのではないのでしょうか？ 生活環境がガラッと変わると、慣れるまで大変ですよ。でも、環境が変わったことで見つかる楽しみもあるものです。疲れたときこそ小さな楽しみを見つけてみてくださいね。

情報センターには、新しいことを始める時に参考になる本や、お仕事に役立つ雑誌もありますよ。CDやDVDを借りてお家でゆったりくつろぐのも良いですね！ 気分転換がてら、気軽に情報センターへお立ち寄りください。



今月の1冊

『神速パソコン仕事術見るだけノート』

岡田 充弘／監修（007シ）

情報センター・一般コーナー

——その仕事1秒で終わります！

この1冊で残業ゼロに！！——



パソコン作業中、イライラすることありませんか？ データが見つからない、時間がすごくかかっている気がするけれどなんで？ パソコン作業のムダを減らすテクニックが詰まった1冊です。

コレ聴く!!

おすすめCD

新着コーナーからおすすめのCDをご紹介します！ その日の気分に合わせて、いろいろなジャンルのCDを聞いてみませんか？

『35th Anniversary BEST』

少年隊／歌（290シ）

デビュー35周年を記念した3枚組のアルバムです。デビュー曲「仮面舞踏会」から最新曲「想 SOH」まで、シングル25曲と厳選された名曲たちを収録。少年隊の魅力を余すことなく楽しめます。



おすすめDVD

どれ観る？

映画やアニメ、趣味など話題のDVDをピックアップ！

子どもから大人まで楽しめる1枚をご紹介します！ 館内での視聴も大歓迎です！



『くまのがっこう パティシエ・ジャッキーとおひさまのスイーツ』

児玉 徹郎／監督（778ク）

ジャッキーは、ひとりでみんなのスイーツを食べちゃった。お兄ちゃんたちに怒られてとびだした先で、パティシエの女の子と出会う。一緒にスイーツを作ることになったけれど、おいしく作れるかな？

何を読む？

おすすめ図書

読み聞かせや学習に役立つ資料を毎月1冊ピックアップ！
スタッフがおすすめする児童向けの本をご紹介します！

『みそしるをつくる』

高山 なおみ／文（Eナ）

おだしのきいた「みそしる」っておいしいですよ。絵本の通りにするだけで、とってもかんたんに「みそしる」が作れちゃうんです。さあ、おいしいおだしを使った「みそしる」を作ってみよう！



●●● 展示・イベント情報 ●●●

「らぶはち！」

◇カウンター前展示コーナー：4月1日（木）～4月29日（木）

八戸市の歴史や文化に関する本や市出身者の本やCDを展示・貸出します。

「みんながよんだロングセラー絵本」

◇児童コーナー：4月1日（木）～5月30日（日）

世代を超えて親しまれてきた絵本を展示・貸出します。

「おとの定期便：オルゴール」

◇日時：4月10日（土）、24日（土）10:00～18:00

情報センター所蔵のCDの中から、今月はオルゴールの曲をお届けします。

「イベント：はちのへハント！！」

◇4月1日（木）～5月9日（日） 情報センター内

図書館の中にかくれている5匹のラビット・エッグを探して、八戸についての問題に答えよう。参加者にはプレゼントがあります。

※八戸市図書情報センターでは、公式 twitter(アカウント名: @8eki_lib) からも展示・イベントや情報センターからのお知らせなどを発信しています。分類男女のオススメ本、駅でカンヅメのバックナンバーも掲載しています！



図書館 de 応援！

VANRAURE
Hachinohe Football Club Since 2006



図書館から、ヴァンラーレ八戸や東北フリーブレイズの活躍を発信します。



3月28日のホーム開幕戦は、気持ちの入ったプレーでヴァンラーレの勝利！
4月のホーム戦は、11日（日）いわてグルージャ盛岡との対戦予定です。
ホームでの試合観戦時は、コロナウイルス対策をしっかりとって行きましょう。

シーズン最終戦である3月28日の試合は、フリーブレイズの勝利で締めくくりました。長年チームを引っばってきた田中 豪選手の現役最後の試合でもあり、選手の皆さんにとってもファンにとっても熱い試合だったと思います！

