

# Library Times

8月号  
(Vol.0137)

## 背中あて

夏真っ盛り！ トマトやキュウリ、ナスなど夏野菜が美味しいですね。その季節にだけ登場する食べ物ってありますよね。その1つに「背中あて」があります。地域によって「背中あて餅」と言ったりもします。お盆の時期だけ、スーパーの売りに並んでいるのを見たことがある方も多いと思います。

「背中あて」は、お盆の最終日である8月16日にお供え物を持ち帰る仏様の背が痛まないようにと、作られたものです。麦の粉で薄く打ったもので、三角や四角の形をしており、ゆでて、きな粉をかけて食べます。ご先祖の供養としてはもちろん、

郷土の食を実際に体験してみたいはいかがでしょうか？



(参考：「八戸市史 民俗編」八戸市史編纂委員会／編集 212.1)

## 今月の1冊

『お経の意味がやさしくわかる本(KAWADE夢新書)』

鈴木 永城／著（183ス）

情報センター・一般コーナー

——各宗派の「経」は、  
どんな教えを説いているか——



お盆に、お寺やお墓参りでお経を聞く機会も多いのでは。そもそもお経ってなんだろう？ この本には、各宗派で読まれる代表的なお経が現代語に訳されて載っています。呪文のようなお経が少し身近になるかも！

# 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？

## 『三線で聴きたい弾きたい愛と希望のうたBEST18』

根岸 和寿／三線（260サ）

夏だ！ 海だ！ 海と言えば沖縄だ！！ 沖縄の伝統楽器といえば、三線。こちらのCDには、三線で演奏された、聴くと元気が出てくる「愛と希望」がテーマの曲が収録されています。ドライブのお供に！



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！

## 『ロング、ロングバケーション』

パオロ・ヴィルズィ／監督（778. 2口）

映画で旅気分を味わいましょう！ アルツハイマー進行中の元文学教師のジョンと、末期ガンの妻エラは、愛車のキャンピングカーでヘミングウェイの家があるアメリカ最南端を目指しますが……？



# 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！

## 『あとでやるよ。』

津久井 たかゆき／文 ハマダ ミノル／絵（Eハ）

「あとでやるよ」となんでも後回しにしてしまう、はるや君。いつも失敗してしまうのは、なんでだろう？ 考えるのもあとで、宿題もあとで。転校生のしずよちゃんと出会って、はるや君に変化が！



# ●●● 展示・イベント情報 ●●●



## 「きみとぼくの恋のはなし」

◇カウンター前展示コーナー：7月31日（土）～8月30日（月）  
恋愛小説ならびに恋愛映画のDVDを展示・貸出します。



## 「はっけん！」

◇児童コーナー：7月31日（土）～9月29日（水）  
かくれた何かを発見！ わからなかったことの答えを発見！ どこかに発見！ がある図書・DVDなどを展示・貸出します。



## 「おとの定期便：アレンジで聴くジブリ」

◆日時：8月14日（土）、28日（土）10:00～18:00  
情報センター所蔵のCDの中から、ジブリのアレンジ曲をお届けします。



## 「ひゃっか王からの挑戦状」

◆7月31日（土）～9月29日（水） ※先着60名（無くなりしだい終了）  
対象：小学生以上（1人1回まで。低学年は保護者の手助けが必要です）  
所要時間：30～60分程度（謎1つにつき30分程度かかります）  
百科事典や館内に配置された手がかりを探して、2つの謎を解こう！  
参加者はヨシタケシンスケさんによる記念グッズがもらえます。



## 「八戸三社大祭DVD上映」

◆図書情報センター内：7月31日（土）～8月4日（水）  
情報センター所蔵の「八戸三社大祭」のDVDを上映します。

## 図書館 de 応援！



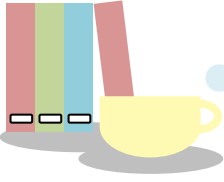
図書館から、ヴァンラーレ八戸や東北フリーブレイズの活躍を発信します。



8月14日にプライフーズスタジアムで「AOMORI スーパーカップ 2021」が開催されます！ ヴァンラーレ八戸、ラインメール青森、ブランデュエ弘前の3チームが対戦。リーグの枠を超えた夢の1戦です！

アジアリーグアイスホッケージャパンカップ 2021 が9月から始まります。選手の皆さん、トレーニングや開幕に向けて調整中かと思います。8月21日と22日はプレシーズンゲームの開催も決まり、これから楽しみです！





ホッとひと息 スタッフコラム

# おんでやあんせ らいぶらりい

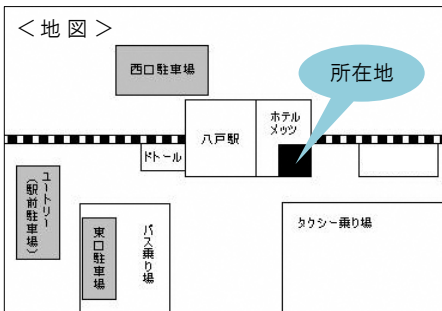
第136回：1日ちょっぴりだけ！ 筋トレのすすめ

薄着の季節です。気になるものといえば、長いあいだ衣服に隠れてリラックスしきっているボディ——そんな方も多いのでは？ 私も哀しいかな、日々増量する脂肪によって動くこと自体おっくうで仕方ありません。そこで体力作りと減量の為、筋トレ始めました！

流行の『意識高い系』ですね！ と受け止めた方もいらっしゃると思いますが、基本メニューは10分間です。初回はそれすら付いていけず、床に突っ伏して心底「もういいや」と思いました。ちなみに筋肉痛はきっちり付いてきました。私は筋トレに付いていけないのに。しかし何ということでしょう、翌日に気を取り直し、己に鞭打って再チャレンジすると……床に密着することなくギリギリで完遂できました！ <sup>じじゅう</sup>自重に打ち勝ったのです！

それから“休みたい時は休み、余裕があれば30分間ほど”疲れすぎない程度に鍛えています。じんわり汗をかくと「効いてる効いてる！」と実感し、満足感と充実感が溢れます。もはやダイエットより筋力UPが目的になりそうですが、楽しいので如何ですか？

## \*\*\* 八戸市図書館情報センター 利用案内 \*\*\*



### ○開館時間

平日 10:00～20:00  
土日祝 10:00～18:00


### ○休館日

8月10日(火)、31日(火)

### ○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