



南郷図書館 Facebook

魅惑のひと粒

この時期、最もよく見かける（ような気がする）スイーツといえば？…そう、チョコレートですね。チョコレートはお好きでしょうか？私は子どもの頃から大好きです。

ひと口食べて広がる甘さと風味、もっと味わっていたいのに口の中で溶けていく儚さ。幸せな時間をもたらしてくれるチョコレートにちなんだ雑学を少しお届けします。

バレンタインデーの起源は西暦 269 年 2 月 14 日…兵士の結婚が禁じられていた時代、それを哀れんだキリスト教の司祭・聖バレンタインが密かに結婚式を執り行っていましたが、皇帝の怒りを買い処刑・殉教されたことを悼む日となりました。

チョコレートは健康にいい！？…原材料のカカオには抗酸化作用が強く、動脈硬化などの予防に役立つといわれる「カカオポリフェノール」が含まれます。他にも美容や血圧の低下、アレルギーの改善、脳の活性化にも効果があるとか。ポイントは毎日少しずつ、高カカオ・低糖質のチョコを食べる！ことだそうです。…さて今日の一粒は？ (M)

◆ 新 着 紹 介

一
般

『学校図書館新米司書フントー記』

017 ス

須藤 みか / 著、井上 ミノル / まんが (少年写真新聞社)
千手観音の顔と手が欲しい！先輩のようにはできないけど
新米なりにトライアンドエラーで突き進め！笑いあり涙あり
の「学校図書館あるある」図書館日記です。



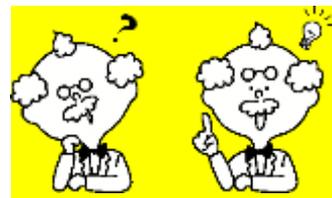
見
童

『本当はスゴい ばっちいもの研究所』

K49 ホ

さかい たつお かんしゅう いわさきしよてん
坂井 建雄 / 監修 (岩崎書店)

うんちはどうしてくさいの？きんちょうすると汗が出る
のはどうして？^{からだ}体から出る 13 の「ばっちいもの」に
ついての「なるほど」がいっぱいです。



南郷図書館からのおしらせ

● エアコンの故障について

現在、館内のエアコンは**正常に運転できない状態**です。

館内でお過ごしの際は、衣類の調節など、各自で寒さ・暑さ対策をして
いただくようお願いいたします。

ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

☆ なんごうとしょかんおはなし会 (毎週日曜日 11時～)

2月の開催日 … 1日、8日、15日、22日

☆ あかちゃんのおにわ (毎月第2水曜日 10時～12時)

2月の開催日 … 11日

ご利用、
お待ちしております♪



今後の状況により、上記の内容を変更する場合があります。ご来館の前に、
八戸市立図書館ホームページやお電話（南郷図書館 60-8100）でご確認ください。

南郷図書館オリジナルキャラクター**ぶるちゃん**をご紹介します！

南郷図書館には、 妖精がすんでいるよ

南郷図書館オリジナルキャラクター

ぶるちゃん を知っていますか？

ぶるちゃんは、八戸市立南郷図書館に住むブルーベリーの妖精。人には見えないけれど、図書館で働いている人だけにみえる。図書館の中にあるぶるちゃんのイラストは、その姿をみた図書館の人が、絵に描きおこしたもの。本をたくさん読んで、図書館のことが好きになったら、いつかきみにもぶるちゃんの姿が見えるかもしれないよ。



ぶるちゃんのかぞく



ぶるちゃん

本名 なんごう ぶるみ
明るく活発でおてんば。楽しいことが大好き♡
姿が人には見えないことをいいことに、南郷図書館で遊んでいる。図書館のイベントには必ず来ているよ。



南郷図書館カウンターで、オリジナルグッズのぶるちゃんクリアファイル
(←左は見本です) 1枚 150円で販売中です♪

南郷図書館のお土産に、書類入れ用に、ぜひお買い求めください♪

~スタッフコラム~



《 Y 》

お米の研ぎ方を変えたら、炊き上がりのご飯が艶々に。炊飯器、ゴメン！お前のせいじゃなかった。

キミの働きに乾杯！

突然ですが、これ、何だと思いませんか？

- ・腸の調子を整え、便秘を解消。・咳止め、喉の炎症の緩和。・快眠、癒し効果。
- ・即エネルギーになり、疲労回復。・強い殺菌、抗菌力で炎症を防ぐ。
- ・歯石を出来にくくして虫歯予防血糖値が上がりにくい。

最近、私が寝る前に1匙、舐めているもの。実は「ハチミツ」なんです。睡眠は体調管理に欠かせないものの1つですが、なかなか寝付けない・途中で目が覚めてしまうという方、結構いらっしゃるのではないのでしょうか。眠るにもエネルギーが必要で、それにはハチミツが良いと聞き、“寝る直前ハチミツ”を始めました。即エネルギーになり、質の良い睡眠に導いてくれる上に内臓の修復までしてくれるそうです。虫歯になるんじゃないかな…と思いますよね。大丈夫！殺菌効果があるので、むしろ歯ブラシにつけて磨くと良いそうです。ハチミツは、昔は薬という認識だったそうです。

ここで注意しなければならないのが、「純粋なハチミツ」でなくてはダメということ。市販されているものの中には、そうでなくても「純粋ハチミツ」と明記されて棚に並んでいるようです。純粋なハチミツは値が張りますが、1匹の蜜蜂が一生のうちに作るのはスプーン1杯だと聞くと、なるほどこの金額にも納得ですよ。

スタッフからのオススメ本

『お寺の掲示板』 江田 智昭 / 著 (新潮社)

180 円

全国のお寺の門前の言葉を写真で紹介し、仏教の教えを伝える。なるほどと思わせる言葉、思わずプツと笑いたくなる掲示板の言葉がたくさん詰まっています。



展 示 紹 介

1月31日(土)~2月26日(木)まで



『きょうだい』

兄弟、兄妹、姉妹、姉弟をテーマにした本を展示・貸出します。



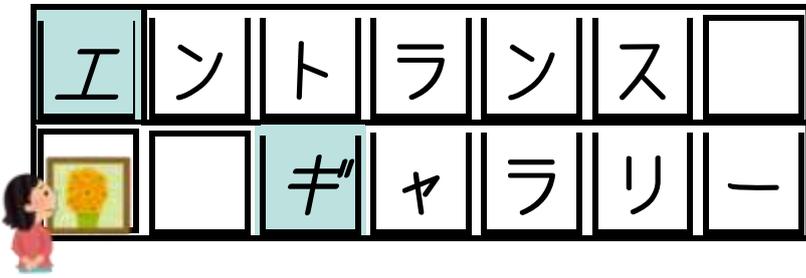
『お風呂』

2月6日のお風呂の日にあわせて、お風呂に関連する本を展示・貸出します。



今月の展示

岬台保育園 &
嵯峨寛之 作品展
～はるか～



展示期間は

1月31日(土)～2月26日(木)

までです。



皆さまのご来館を

お待ちしております！

今月のエントランスギャラリーについて

カメラでの撮影	<input checked="" type="radio"/> (OKです)
SNS等への投稿	<input checked="" type="radio"/> (OKです)

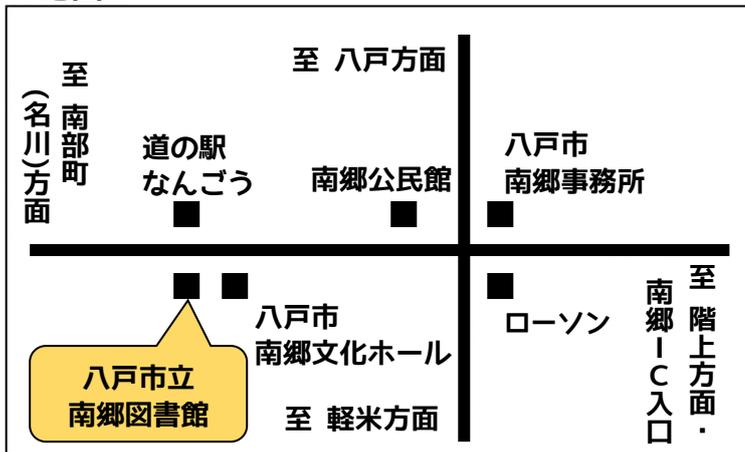
※トラブル防止のため、他者の写りこみ等、カメラのアングルなどにご注意ください。

利用案内

2月の休館日

12日(木)、24日(火)、27日(金)

<地図>



◇開館時間

月～金曜日 9:00～19:00

土・日曜日・国民の祝日

9:00～17:00

◇貸出

図書・雑誌 8冊まで(15日間)

CD・DVD 2点まで(15日間)

※新着雑誌、新聞、郷土資料などの
禁帯出資料は除きます。

<お問合せ先> 〒031-0111 青森県八戸市南郷大字市野沢字中市野沢 39-1

☎ (0178) 60-8100

～ 八戸市立南郷図書館 ～