

知的書評合戦 ビブリオバトル



5月7日(日)のビブリオバトルには、5月上旬とは思えない暑さの中で、参加者がいるのかとドキドキしていました。開始時刻にはバトルラ―5名に観覧が1名の、計6名が集まりました。フリースペースの窓際で、ゆったりとした和やかムードでの開催となりました。

今回は、今までに幾度もビブリオバトルを経験してきた熟練の方や、外での参加は初めてだけれど、家族でビブリオバトルをよくされているというご夫婦。そして一度もビブリオバトルをしたことがない方と、多様なメンバーが揃いました。中でも全くの初心者であるのは、4月からやよい図書館にやってきた職員。ルールも覚えてたという状況に、始まる前から緊張した面持ちで、どうなることかと思っていたら、まさかのチャンプ本(『短歌ください』穂村 弘/メディアファクトリー)に！経験値では勝負の行方がわからないのが、ビブリオバトルの面白いところですね。

(竹原)

▼中央本町センター・やよい図書館のビブリオバトルは、開催場所です。日受付。お気軽にご参加ください。

7月のビブリオバトル開催日程

- ◆やよい図書館 2日 午後3時～ 15日 午後3時～
- ◆梅田図書館 8日 午後4時～ 15日 午後4時～
- ◆舎人図書館 22日 午後2時～
- ◆鹿浜図書館 22日 午後1時30分～

住区センター

地域の方が利用できる交流の場。遊びを通して子どもたちの成長を見守る児童館。趣味や健康づくりで豊かな生活を支援する悠々館。イベントの紹介です。

中央本町住区センター
Tel.03-3852-1434
休館日：2日・9日・10日・16日・17日・23日・30日

- ◆悠々館◆法務講座
7月20日(木) 午後1時30分～
行政書士講師の介護サービス講話など。
- ◆児童館◆こども落語
7月21日(金) 午後2時30分～
噺家は林家たけ平。笑って楽しもう！

五反野コミュニティセンター
Tel.03-3886-2643
休館日：2日・9日・16日・17日・23日・24日・30日

- ◆悠々館◆熱中症対策事業(事前申込)
7月27日(木) 午前10時～ 対象は60歳以上。一緒にカレーを食べよう！
- ◆児童館◆ふれあいコンサート
7月8日(土) 午後3時～ 演奏は足立小学校金管バンドの皆さん。

青井住区センター
Tel.03-3852-3750
休館日：2日・9日・16日・17日・23日・24日・30日

- ◆悠々館◆楽しい食事会(事前申込)
7月26日(水) 正午～ 費用300円
申込7月1日(土)～15日(土)まで。
- ◆児童館◆かみ工作 パッチン作り
7月5日(水)～7日(金) 午後2時～
対象は小学生。当日申込です。

弘道住区センター
Tel.03-3840-9354
休館日：2日・9日・16日・17日・23日・30日

- ◆悠々館◆健康教室
7月18日(火) 午後1時30分～
転倒予防体操や身体チェックなど。
- ◆児童館◆サマーフェスティバル
7月16日(日) 午後1時～ かき氷や
スイカ割り、パルーンシューターなど。

栗島住区センター
Tel.03-3848-3471
休館日：2日・9日・16日・17日・23日・30日

- ◆児童館◆スクラップ工作をしよう
7月24日(月)～26日(水)
午後2時～ 費用無料 対象は小学生。
(事前申込) 7月1日(土)～

学習室の個人利用



7月7日・14日・21日・28日(金)
午後5時30分～9時
対象：16歳以上 料金：無料
場所：中央本町地域学習センター
第1学習室(2F窓口すぐ横の学習室)

勉強に読書、 個人学習の場として

7月より、中央本町・佐野・江北の3センターで夜間の学習室個人利用を実施することになりました。勉強や読書などの個人学習として、各センターの学習室を無料開放します。受付は、直接窓口にお声掛けください。その他、具体的な利用内容・方法などは各センターへお問い合わせください。皆さまのご利用をお待ちしております。

今月の表紙

カロテンの宝庫、 「カボチャ」を味方に。

16世紀頃、ポルトガル人によってカンボジア産物として日本に伝えられたカボチャ。名の由来はそのカンボジアからだろう。

「冬至に食べると病気になる」と言われるように、栄養価の高さは野菜の中でもトップクラス。冬野菜のイメージが強いですが、夏から秋にかけて旬を迎える緑黄色野菜です。

目などの粘膜や肌の抵抗力を高めるカロテン、ホルモンバランスを整え、更年期障害の症状を改善するビタミンEを含むビタミン類が特にバランスよく豊富に含まれています。嬉しいことに、加熱してもビタミンCの損失が少ないのも特徴の一つ。また、皮に含まれるカロテンの含有量は、黄色い実を凌ぐ量なのだそう。調理する時は皮ごと使うとよいですね。