



中央本町住区センター

Tel.03-3852-1434
休館日：6・11・13・14・20・27

◆悠々館◆住区で寄席
8/4(金)午後2時～ 無料
キラーコンテンツ、青空一風・千風ほか
◆児童館◆スポーツスタッキング
8/8(火)午後2時～ 小学生対象
皆で楽しく遊びましょう。

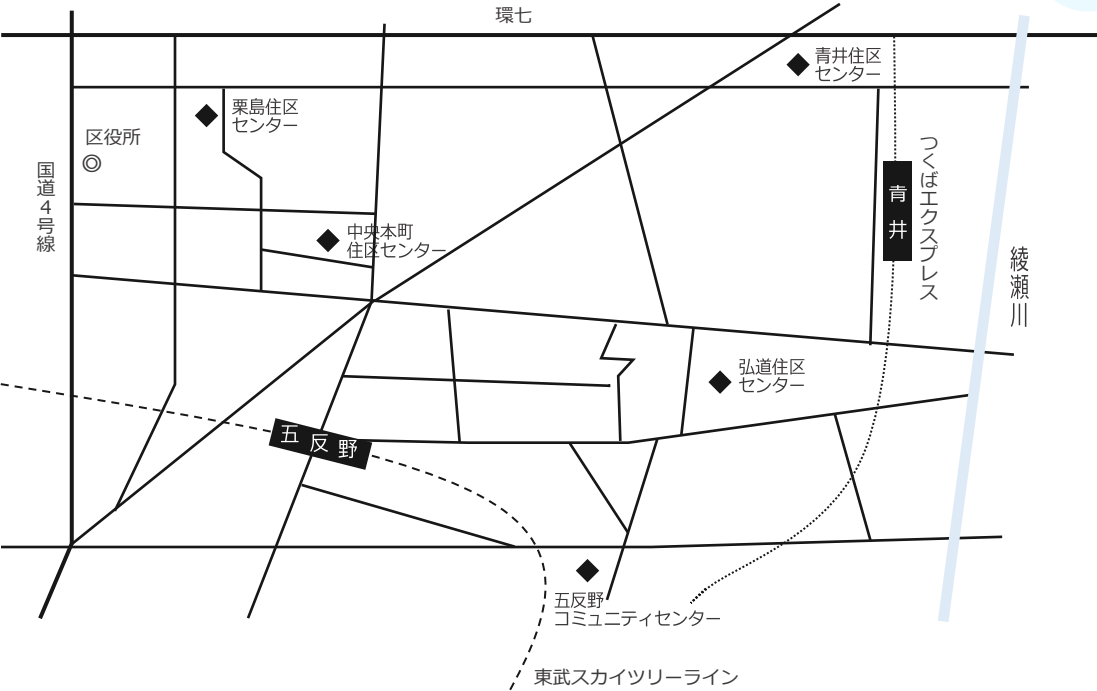


五反野コミュニティセンター

Tel.03-3886-2643
休館日：6・11・13・20・27・28

◆悠々館◆カラオケ広場
8/19(土)午後1時～ 60歳以上対象
自分の好きな歌を歌いましょう♪
◆児童館◆卓球教室
8/21(月)・22(火)午後2時～
卓球大会が23(水)にあります。

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。



青井住区センター

Tel.03-3852-3750
休館日：6・11・13・20・21・27

◆悠々館◆減災セミナー 講演会
8/25(金)午後1時30分～ 「災害から大切な命を守り、生きのびるために」
◆児童館◆水あそびとすいかわり
8/4(金)午後1時30分～ 持ち物有
事前申込：8/1(火)～3(木)まで。



弘道住区センター

Tel.03-3840-9354
休館日：6・11・13・14・20・27

◆悠々館◆夏休み工作「サマードーム」
8/2(水)・3(木)・4(金)午後3時～
貝殻などを入れてマイドーム作り♪
◆児童館◆おしゃべりカフェ
8/19(土)午後1時30分～
コーヒーを飲みながら楽しく過ごそう。

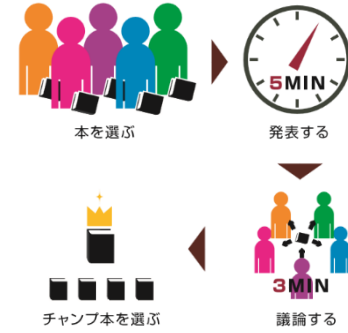


栗島住区センター

Tel.03-3848-3471
休館日：6・11・13・20・21・27

◆悠々館◆熱中症対策
8/18(金)午後1時～
テーマは「みんなでカラオケ」です。
◆児童館◆こども縁日
8/26(土)午後1時30分～
楽しい縁日♪ 皆来てね。

知的書評合戦 ビブリオバトル



7月2日(日)、フリースペースにて、ビブリオバトルを開催しました。集まったのは4人の男性バトルー。1人目の発表者は「仕事のネタとして、いろんな本を読み、ビブリオバトルに参加しています」と語るOZさん。爽やかではつらつとした語り口に引き込まれました。2人目のOZさんは「定年退職後の楽しみです。頭の体操にもなりますからね」と笑顔。特に好きなのは、歴史の本なのだとか。3人目の発表者のOーさんは、なんと遠路はるばる、兵庫からのご参加！自身が制作に携わった、英文字付きの絵本を紹介してくださいました。最後の発表者、Kさんは今回で81戦目の大ベテランバトルーです！「最近、話す内容を考えてから来ると、力が入ってしまうのか、チャンプ本に選ばれなくて…。だから、今日はあまり考えずに話そうと思います」と仰っていたのが印象的でした。

チャンプ本は、同票で2冊。OZさん発表の『イギリスの歴史』(ミカエル・ライリー/著 明石書店)、Kさん発表の『ナヒラとマハラ』(宮田 律/著 講談社)でした。チャンプ本を決定した後、それぞれの発表した本のタイトルをメモしたり、どこで購入できるかを尋ねたり…。話に花が咲きました。本を通して人を知る、人を通して本を知る。ビブリオバトルには、完璧な台本は無用です。上手なプレゼンを披露するゲームでは決してありません。例え、しどろもどろになってしまっても、同じことを何度説明してしまっても大丈夫。場の雰囲気や懸命さ…、その全てを楽しむのがビブリオバトルです。1冊の本から見つける新しい発見、そして新しい「誰か」との出会いを、あなたもやよい図書館で楽しんでみませんか？

今月の表紙

免疫力UP！ ネバネバ成分の力

アフリカ大陸原産のオクラ。エジプトでは2千年以上も前から栽培されていたそうです。実は普段呼び慣れたこの名は、英語の「Okra」。漢字では「秋葵」と書き、その名の通り葵の花に似た大きな花を咲かせます。オクラの特徴的な粘り成分の正体は、水溶性の食物繊維ペクチンと糖たんぱく質のムチン。ペクチンには、整腸や血中コレステロールを減らし、血圧を下げる効果があり、ムチンには、気管や消化器の粘膜を保護し、たんぱく質の消化吸収を助ける作用があります。他にも、身体の免疫力を高める健康成分が多く含まれている夏のスタミナ野菜オクラ。肉や魚と一緒に摂るとさらに効果が期待できるそうですよ。

8月のビブリオバトル開催日程

◆やよい図書館	6日 午後3時～ 19日 午後3時～	◆梅田図書館	13日 午後3時～ 19日 午後4時～	◆舎人図書館	26日 午後2時～
				◆鹿浜図書館	26日 午後1時30分～
				◆竹の塚図書館	5日 午後2時～