

#おくたま Library

2022. 秋号

VO.13

特集!

秋冬

オススメ!



公開予定! 映画の原作本



原作本を読んでから映画を観る、映画を観てから、じっくり原作本を読む…。

どちらにもそれぞれの良さがあります。お好みでどうぞ♪

母性/ 湊 かなえ・著



母性

私は、母の分身なのだから。
母の願いだったから。
暗闇の中で求めていた無償の愛、温もり。
「それ」をめぐる母の記憶と娘の記憶。
古里所蔵【110584083】

月の満ち欠け/ 佐藤 正午・著



「もう一度あなたに逢いたい」という強い想いが、
時間も空間も超えて巻き起こす奇跡の物語。
そして、その先に待ち受けていた
更なる愛の結末とは…。
古里所蔵【110612876】

Pick Up!

古里所蔵

【沈黙のパレード】東野 圭吾
【さかなクンの一魚一会】さかなクン
【春に散る】沢木 耕太郎

正欲/ 朝井 リョウ・著



正欲

生きていくための原動力が”当たり前”とは
違う形である人たちの人生をある種の
ストーリーとして描き出す。
「人が生きていくための推進力になるのは…」
古里所蔵【110781275】

ロスト・ケア/ 葉真中 顕・著



42人連続殺人犯VS真相に迫る検事。
真の正義とは、本当の幸せとは…を
深く考えさせられる衝撃哭の
ヒューマンサスペンス。
氷川所蔵【210584835】

氷川所蔵

【線は、僕を描く】砥上 祐樹
【シャイロックの子供たち】池井戸潤
【ぬいぐるみと
しゃべる人はやさしい】沢木 耕太郎

ミステリー
×
グルメ

ときどき旅に出るカフェ/近藤 史恵・著



世界のスイーツを出す
カフェ・ルーズ。
日常の苦い事件を甘く解決
していく…
”おいしい”連作短編集

氷川所蔵【210609863】

大人気!

グルメやアートは
ミステリーとの
相性抜群です!!

アート
×
グルメ

楽園のキャンバス/原田 マハ・著



ルソーの名画に酷似した
1枚の絵。そこに秘められた真
実の究明に2人の男女が挑む
興奮と感動のアート・ミステリー。

氷川所蔵【210609863】

この他にも映画化されている原作本が多数ございます。寒い日は、おうちでのんびり『おこもり読書』はいかがでしょう?

免疫力をUPして さむ〜い冬を乗り切ろう!

昼夜の寒暖差もだんだんと大きくなり、すこしずつ冬の訪れを感じる頃となりました。衣服をこまめに調整しながら、これから一段と寒くなる季節に負けず、**免疫力をUP**して毎日元気に過ごしましょう!

風邪予防には、上質な睡眠、体温を上げる、適度な運動をするといった生活習慣も大切ですが、なんとといっても毎日の食事において免疫システムの重要な腸の機能をUPさせることが効果的とも言われます。

”腸力”UPのために「発酵食品」も今注目されています。

図書館には、発酵食品レシピや、お料理の本も多数揃えてあります。心も身体も健康に寒い冬を乗り切りましょう!

今年はインフルエンザと
コロナのダブル流行?!

免疫力チェック!

当てはまる項目が多い方は

免疫力が低下しているかもしれません!

- 疲れやすい
- やる気が出ない
- 身体が重い/だるい
- 冷え性だ
- 下痢しやすい/便秘がち
- イライラする
- 歩いたり、運動することが少ない
- 口内炎がしやすい
- 暴飲暴食気味だ



発酵食の本の一例です。
ぜひお立ち寄りください。

みんなの本を大切に!

雨の日が多い今日この頃…
本が雨で濡れてしまうと
修復することが難しく
貸出がストップしてしまいます。
雨の日の本を持ち運ぶ際には、
ご配慮をお願い致します。



Information

ホームページが新しくなりました!

check!



9月29日より、図書館のホームページがリニューアルされました。奥多摩町役場のホームページからアクセスできます。新しくなったホームページを是非みてみて下さい!!