

図書館のたのしみ

☎ 図書館 ☎ 22-0002

vol.120 夏の健康管理

今年も暑い季節がやってきました。蒸し暑い気候は日本の夏の風物詩ともいえますが、同時に体調不良や不眠といった夏バテによる体のトラブルも招きやすくなります。今月は体の不調を整える本や睡眠に関する本、夏を乗り切るためのレシピ本など健康管理に関する本を集めてみました。

暑さに負けない元気な体作りのヒントを、図書館の本から探してみませんか。

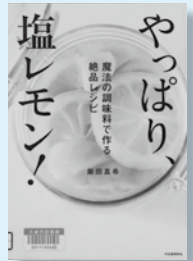
今月のおすすめ本

『やっぱり、塩レモン!』

▶ 柴田 真希 著

▶ 河出書房新社 刊

和洋中さまざまな料理に使える万能調味料の塩レモン。暑さで疲れた体に効くレシピが満載の一冊。



『養生のヒント』

▶ 五木 寛之 著

▶ KADOKAWA 刊

「老いてみないとわからない楽しみがある」人気作家の五木寛之が独自の視点で心と体を整え、人生を豊かにする方法を紹介。



『ねむりのはなし』

▶ ポールシャワーズ 作

▶ ウェンディワトソン 絵

▶ 福音館書店 刊

夜ずっと起きていたいと思ったことはありませんか。ねむりが大切であることが分かる一冊。



おはなし会(絵本などの読み聞かせ)

毎週土曜日10時30分～11時

☎ 図書館を利用する際は、市役所第2駐車場(市役所本庁舎北側)も利用できます。

83.5MHz 市政情報放送中

ラジオ、インターネットで市政情報が聴取できます。

おあさきエフエム放送 (<http://oosaki-fm.or.jp/>)

FM周波数 83.5MHz

月～金曜日 ①7:30～7:35 ②12:00～12:05 ③17:50～17:55

土・日曜日 ①5:10～5:20 ②9:00～9:10 ③12:00～12:10

開館 20周年 大崎市民ギャラリー

緒絶の館 所蔵作品展

☎ 市民ギャラリー緒絶の館 ☎ 21-1466

市民ギャラリーは開館20周年を迎えます。所蔵作品展では、地元作家の書、油彩画、日本画、素描などの展示と、市民ギャラリー20年の歩みを紹介します。ぜひご覧ください。

日時 7月23日(土)～8月7日(日) 10時～17時

場所 大崎市民ギャラリー緒絶の館

料金 観覧無料



みやもと のぶお 宮本 信夫『ポピー』



門倉 耕『造る人』

「昭和61年8月5日洪水」から30年

水害の記憶を未来へ

☎ 鹿島台総合支所地域振興課 ☎ 56-5520

吉田川が破堤し、旧鹿島台町などが大規模な被害を被った昭和61年8月5日の洪水から、30年を迎えます。昨年の9.11 関東・東北豪雨の教訓も含め、洪水・水害の記憶を風化させず、防災意識を高めましょう。

期間 8月5日(金)

場所 鹿島台瑞・華・翠交流施設(鎌田記念ホール)

■基調講演

近年の異常気象と災害の状況から、防災・減災への取り組みに関する講演を行います。

時間 11時～12時

講師 藤森 涼子 氏

(NPO法人気象キャスターネットワーク代表)

定員 300人(申し込み不要)

■親子お天気教室

第一線で活躍する気象予報士を講師に迎え、雲のでき方などの実験を通して、気象や防災について楽しく学びます。

時間 14時～15時30分

講師 竹下 愛美 氏(NHK仙台放送局) ほか

定員 親子50組 100人程度(小学1～4年生対象)

申込 8月4日(木)までに鹿島台総合支所地域振興課に電話で申し込み(先着順)

かおる 醸室夏まつり

☎ 醸室 ☎ 21-1020

期間中は、ジンギスカンや醸室内テナントから自慢のメニューを提供。野外ライブなどで会場を盛り上げます。ビアガーデンと地元ゆかりのアーティストの演奏で、思い出に残る夏の夜を過ごしませんか。

場所 みちのく古川食の蔵 醸室

■週末ビアガーデン(雨天中止)

開催日 7月8日(金)～30日(土)の金・土曜日、8月3日(水)～6日(土)

時間 17時30分～21時(雨天中止)

■テナント夏まつり協賛(特別メニューの提供など)

期間 7月1日(金)～8月6日(土)

■野外ライブ(雨天中止)

日時	出演(活動拠点・出身地など)
7月 9日(土) 19時	金子ヤスタカバンド(仙台市)
7月 16日(土) 19時	かけらライオ(大崎市三本木)
7月 23日(土) 19時	YUCA(大崎市)
7月 30日(土) 19時	Yuuji Band(美里町)
8月 3日(水) 17時	金子ヤスタカバンド&かけらライオ
8月 3日(水) 18時	カラオケのど自慢大会(一般参加)
8月 4日(木) 17時	Yuuji Band
8月 4日(木) 18時	カラオケのど自慢大会(一般参加)
8月 6日(土) 19時	ちびヒロ(気仙沼市)

姉妹都市「東京都台東区」の文化観光施設割引

☎ 観光交流課交流係 ☎ 23-7097

姉妹都市東京都台東区立の文化施設で使用できる「共通割引入館券」を市民に配布しています。夏休みの旅行などで、ぜひ利用してください。



配布場所 市民課、観光交流課、市民ギャラリー緒絶の館、図書館、中央公民館、各総合支所地域振興課、松山・三本木・鹿島台・岩出山・鳴子・沼部公民館

有効期限 平成29年3月31日(金)まで

その他 開館時間や休館日などは直接電話で問い合わせるか、各ウェブサイトを確認してください。

■下町風俗資料館 ☎ 03-3823-7451

住所 東京都台東区上野公園2-1

<http://www.taitocity.net/taito/shitamachi/index.html>

区分	一般料金	割引後料金
大人	300円	200円
小・中・高校生	100円	50円

ミテ・キイテ・カンジテ
ウゴキダス

オオサキ プレイガイド

スコーレロビーコンサート

～夏の盛りに～ in midsummer

☎ 岩出山文化会館(スコーレハウス) ☎ 72-0357

夏の宵、琵琶が奏でる優雅で幻想的な世界を味わいませんか。当日は、DECOクレイクラフトの展示と呈茶の席もあり、日本の伝統とアート作品を楽しめます。



日時 8月7日(日) 16時30分開場 18時開演

場所 岩出山文化会館(スコーレハウス)ロビー

出演 鶴田流琵琶奏者 熊田 かほり 氏

協力 大崎市表千家有志、アトリエ La vie en Rose

定員 150人(イス100席)

料金 無料(呈茶は一席300円、先着50人)

■一葉記念館 ☎ 03-3873-0004

住所 東京都台東区竜泉3-18-4

<http://www.taitocity.net/taito/ichiyo/index.html>

区分	一般料金	割引後料金
大人	300円	200円
小・中・高校生	100円	50円

■書道博物館 ☎ 03-3872-2645

住所 東京都台東区根岸2-10-4

<http://www.taitocity.net/taito/shodou/index.html>

区分	一般料金	割引後料金
大人	500円	300円
小・中・高校生	250円	150円

■朝倉彫塑館 ☎ 03-3821-4549

住所 東京都台東区谷中7-18-10

<http://www.taitocity.net/taito/asakura/index.html>

区分	一般料金	割引後料金
大人	500円	300円
小・中・高校生	250円	150円