

駅南だより

えきなん Q&A 第三回

今回のえきなんQ&Aは特別編として、レシートの見方(本の探し方)の解説をします。

タイトル:下町ロケット
叢書名:小学館文庫
著者:池井戸 潤/著
出版者:小学館
出版年:2013.12
大きさ:16cm
ページ数:493p
予約数:0

①

所蔵館

駅南

棚番号:14

貸出できます

◇棚番号の場所をお探しください。見つからない方は、この用紙をお持ちになり職員におたずねください

◇

資料区分:コーナー

資料コード:110770995



ラベルは赤が一般、みどりが児童室の本です。



②

請求記号

/B913.6/イ/



レシートの見方



図書館の検索機 (OPAC) から探している本のレシートを印刷したら、次のように探してみてください。

①

所蔵館は **駅南** になっていますか。

貸出できます

になっていたら、棚番号の数字の棚へ向かいます。

②

背表紙の 請求記号

で本を確定します。

<数字の前のアルファベット表示>

B=文庫 V=新書 J=ビジネス H=健康医療

I=地域資料(市川) C=地域資料(千葉)

R=レファレンス(館内閲覧) D=DVD

K=児童室の本 P=紙芝居

Eア=日本の絵本 Eアオ=外国の絵本

Eキ=むかし話絵本 Eミ=知識の絵本

Eモ=赤ちゃん絵本

見つからないときはお気軽に
スタッフまでお問合せください。



館長&副館長お勧め本シリーズ③

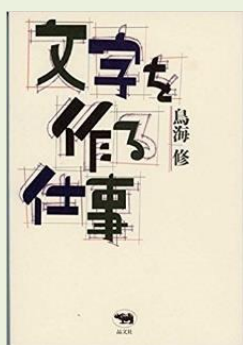


- 神無き月十番目の夜
- 飯嶋 和一著
- 小学館
- 2006年
- 429頁
- B913.6/イ(当館所蔵)

飯嶋和一に「ハズレ無し」といわれている歴史小説作家の作品。江戸時代初期、神無月10日に山村で藩が大量虐殺を行うという事件が起きた。この史実をもとに書かれた小説で、武器をもって戦うことも持さない村民と幕藩体制がまだ整いきれない藩の農民支配体制の行き違いから不幸な結末を迎える姿をリアルに描いています。

フランスとスペイン国境、ピレーネ山脈の麓の雪深い町で起こった猟奇的連続殺人事件、それを解決すべくやってきた主人公の警部が過去の忌まわしい出来事を掘り起こし、ついに真犯人を追い詰める。緻密の張られた伏線、繰り返すどんでん返し。フランス警察小説の最近の傑作のひとつです。

- 氷結(上・下)
- ベルナール・ミニエ著
- 土居 佳代子訳
- ハーバー・コリンズ・ジャパン
- 2016年
- 394頁(上)
- 431頁(下)
- B953/ミ(中央館所蔵)

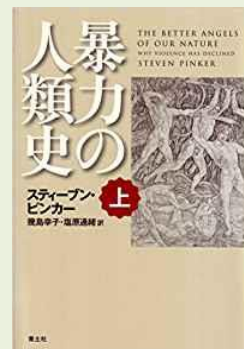


- 文字を作る仕事
- 鳥海 修著
- 晶文社
- 2016年
- 235頁
- 727.8/ト
- (中央館所蔵)

ふだん目にしている文章、そこに描かれている文字の書体などあまり意識しないで読んでいると思いますが、読みやすく自然と文章に入っていける書体を追求する仕事があるのですね。書体作りに生涯をかけている著者がそのきっかけから修業時代、自ら書体を開発するようになるまで、関わった作家・出版社との交流を交えながら半生と語ります。

現代でもテロや内戦などで大勢の人が亡くなっていますが、人類が互いに殺し合うようになったのはいつ頃のことだろうか。そしてそれは現代までどのような変遷を遂げていったのか。石器時代の傷ある骨格の分析、世界中の争いに関する古文書、近代の統計などを駆使して、現代の暴力・反暴力の構図に至るまで姿を描いています。

- 暴力の人類史(上・下)
- スティーブン・ピンカー著
- 幾島 幸子訳
- 塩原 通緒訳
- 青土社
- 2015年
- 652,32頁(上)
- 583,78頁(下)
- 209/ヒ(中央館所蔵)



※ご案内の資料は市内の図書館に所蔵があります。貸出中の場合もありますので、スタッフまでお問合せください。

和洋女子大学連携企画

健康的な食事のヒント 乳酸菌①～生きた乳酸菌をとる～

9、11月は乳酸菌についてです。乳酸菌は整腸作用があり、便秘改善などの効果があります。健康の為に乳酸菌を活用できるため、機能性表示食品として登録されている製品もあります。今月は乳酸菌発酵をしている食品を紹介いたします。

○フルーツヨーグルト

《材料》(1人分)

お好みの果物 100g
(今回はミックスベリーを使用)
無糖ヨーグルト 90g

エネルギー 97kcal
たんぱく質 4.0g
炭水化物 14.9g
塩分相当量 0.1g



《作り方》

果物とヨーグルトを混ぜて、完成です。



ミックスベリー 無糖ヨーグルト

果物は朝に摂るのがオススメ！
朝ごはんの1品としてどうぞ。
朝にあまり食べられないという方は…
牛乳30ml、はちみつ10gを加えてミキサーで
ジュースにすると摂取しやすいです。

野菜の発酵食品

漬物の中には、乳酸菌を使って発酵させたもの（乳酸菌発酵）があります。



《高菜漬》

《キムチ》

《ぬか漬け》

上記の他、すぐき漬けやヨーロッパで食べられている
ザワークラウト（キャベツの酢漬け）などがあります。

1日の塩分摂取目標は、
男性8.0g、女性7.0gです。
漬物等の発酵食品には、
塩分含量が高いものが
多いので、食べる際には
気をつけましょう。

※家庭で作る時の注意点※

漬物等の発酵食品は市販で購入可能ですが、家庭でも作ることができます。
発酵に失敗すると、雑菌がふえてしまうので、器具を煮沸消毒してから使うなどの
配慮が必要です。異臭がした場合は食べないようにしましょう。

★生きた乳酸菌を摂るために★

- ・乳酸菌は体温くらいの温度が活動しやすく、加熱調理をしてしまうと死んでしまいます。生きた乳酸菌をとるために加熱しない調理法を選びましょう。
- ・ヨーグルトなどは常温に戻してから食べたほうがお腹の負担が少なくなります。ただし、常温で出しっ放しにしておくと衛生的によくないので、食べる分だけを出して、あまり長い時間放置しないようにしましょう。

毎日の食事に乳酸菌を上手に取り入れて、規則正しい食生活を心がけよう！

今月の担当:和洋女子大学大学院 総合生活研究科 2年 遠藤 吏保 (管理栄養士)
(乳酸菌と食品について研究しています)

イベント情報

9月『健康×お金 ヘルスケア・ファイナンシャルプランニングセミナー』

日程 平成29年9月15日(金) 13:30～15:00

場所 I-linkルーム1(ザタワーズ イースト3階
行政サービスセンター内)

定員20名 参加無料

受付 8月23日(水)9時30分より受付開始

イベント報告

『本の世界に入ってみよう!』

『夏休み一日図書館員』

どちらも毎年恒例ともなるイベントですが、定員に達するのもなく、親子共に楽しんでいただけました。

展示

9月 「いつだってハラペコ」
「広告・デザイン・ブランド」
「子育て・育児応援!!」

10月 「美!音!博!」
「一国一城の主になれ」
「頭脳トレーニング」

駅南ギャラリー

9月『市川アートクラブ 絵画作品展』 & 『「創作絵本サークルぴよぴよ作品展」と「アトリエにじのわ こどもたちのむかしばなし展」』

10月『まちかどの近代建築写真展in市川[Ⅲ]』を予定しています。お楽しみに!



市川駅南口図書館カレンダー

9月

10月



日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

開館時間

□ → 9時30分～21時

○ → 土日祝日 9時30分～18時

■ → 休館日

市川市市川駅南口図書館 (指定管理者 (株)ヴィアックス)

〒272-0033 市川市市川南1丁目10番1号

I-Link タウンいちかわザタワーズ ウエスト3階

TEL 047-325-6241 ホームページ <http://www.ekinan-lib.jp>

