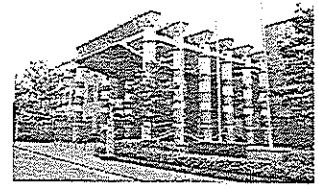


宇都宮市立図書館

としょかん



宇都宮市立東図書館

—宇 都 宮 市—

「こころの疲れ」感じていませんか？

こころを癒す音楽

今、「癒し系」と言われる音楽がブームになっているようです。CDショップでもヒーリングコーナーは大きな位置を占めています。この不況の中、人々が疲れきっている、という現れなのでしょうか。忙しい毎日の中で手軽にストレス解消ができる、という点でも音楽は選びやすいのでしょう。

そこで、図書館で所蔵している視聴覚資料の中から、「癒し系」の音楽をいくつかご紹介いたします。〔 〕の中は所蔵館です。

楽器の音色を楽しむなら…

《心地よいピアノの音色がお好きな方に》

アンドレ・ギャニオン

「ピアノ・ソリテュード」〔市立・東〕

《宮崎アニメなどでもお馴染みです》

久石譲（ひさいし じょう）

「久石譲・ベストセレクション」〔東〕

《チェロの重厚な音の魅力がたっぷり》

溝口肇（みぞぐち はじめ）

「日曜日の印象」〔市立・東〕

《ギターの音がコロコロと心に響きます》

ゴンチチ

「GUITARS」〔市立・東〕

《シンセサイザーの幻想的な世界へ》

喜多郎（きたろう）

「古事記」〔市立〕

《ヒーリングミュージックの第一人者》

宮下富実夫（みやした ふみお）

「眠りの泉」〔東〕

自然の音を楽しむなら…

自然の中には脳がリラックスした時にでる「α波」を発生させる音があります。

「α波1/fのゆらぎ 波のたわむれ」〔市立・東〕

「α波1/fのゆらぎ 小川のせせらぎ」

〔市立・東〕

その他、滝の音や雨の音、鳥の声などもあります。

ちょっと変わったところでは…

《動物を愛する人とペットの為の精神栄養音楽》

「愛犬のためのストレス解消音楽」〔市立〕

「癒し系」と言われる音楽をご紹介してきましたが、本当に心が癒される音楽とは、どんな音楽であれ、自分の好みにあった、心地よいと感じるものが一番なのかもしれません。こころに疲れを感じたら、図書館で、あなたに合った「こころを癒す」音楽を見つけてみてはいかがでしょうか。

なお、予約は、市立図書館、東図書館のどちらでもできます。

夏休みにおすすめの本

☆ものがたり
「はじめてのキャンプ」

林 明子さく・え 福音館書店

なほちゃんは、ちっちゃな女の子。ぜったい泣かないと約束してキャンプにつれていってもらえることに。

さいごまで泣かずにできたのかな？



「なつのしっぽ」

椎名 誠 作 講談社

動物の赤ん坊の夜泣きがひどいのは、あまり夏が暑くないから？そこで、みんなは考えた。夏をつかまえよう！

でも、見つけたのは「なつのしっぽ」

「きゅうりゅう大すき」マカリストアー 徳間書店
「やかまし村はいつもにぎやか」リンドグリーン 岩波書店

☆えほん
「およく」

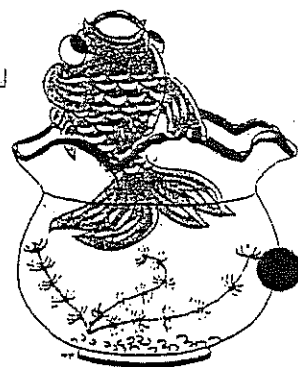
なかの ひろたか さく 福音館書店

どうぶつが、およげるのはなぜ？そ・れ・は体の中にうきぶくろがあるからだよ。チャレンジ！きみも今年こそ、およげるようになろう！

「きんぎょのかいすいよく」

高部 晴市 さく フレーベル館

うみのいえに、あそびにいこうとしたら、きんぎょが、ぼくもつれてってといって・・・



「海のいのち」 立松 和平 ポプラ社
「すいぞくかん」 谷内 こうた 講談社
「やぶかのはなし」 栗原 毅 福音館書店
「ターちゃんペリカン」 フリーマン ほるぷ出版

図書館資料のバリアフリー

＜バリアフリーとは＞

障害のある人や高齢の人も暮らしやすいよう、社会にある身体的・精神的なバリア（障害）をなくし、誰もが生活しやすい環境を作ること。

図書館には「大活字本」「録音図書」「点字図書」などがあります。

☆ 大活字本

文字を大きくしたり書体やレイアウトを工夫して、弱視の人や視力の衰えてきた高齢者の人でも裸眼で読めるように編集された本のこと。

☆ 録音図書

活字による読書が困難な方はもちろん、子供から高齢者の方にも読書が楽しめるものです。図書館には2種類の録音図書があり、一つは自館の音訳ボランティアが作成したものです。こちらの録音図書は、著作権の関係で視覚障害者のみの貸出となっています。もう一つは、視聴覚室にある録音図書（カセットブック等）です。こちらは、どなたにでもご利用いただけます。

☆ 点字図書

視覚障害の方が指で読書ができるように作成されたものです。自館の点訳ボランティアの方が作成された図書は、市立図書館録音室に所蔵しています。

現在はバリアフリー絵本や紙芝居もあります。是非、皆さんも利用してください。

◎ 知的好奇心を満足させよう！

図書館の広域利用
～4市12町の図書館～

★図書館の利用のしかた★

栃木県央4市12町に在住する人は、どの図書館でも利用できます。

各図書館では、個人貸出、館内閲覧、図書館資料の複写などができます。

ご利用の際は、それぞれの図書館の規則等に従ってください。

★本を借りるとき★

- 本を借りるには、「本を借りる図書館」の貸出カードが必要です。
- 貸出カードをつくる時は、本人を証明するもの（運転免許証・保険証等）をご持参ください。
- 借りた本は、借りた図書館にお返しください。
- 返却期間は、必ずお守りください。

施 設 名	
宇都宮市立図書館	西方町中央公民館
宇都宮市立東図書館	栗野町立図書館
鹿沼市立図書館	二宮町立二宮公民館
今市市立図書館	芳賀町公民館
真岡市立図書館	壬生町立図書館
上三川町立図書館	石橋町立図書館
南河内町立図書館	氏家町図書館
上河内図書館	高根沢町図書館中央館
河内町立図書館	〃 仁井田分館
〃 田原分館	〃 上高根沢分館

◎ 市立図書館開館20周年記念事業

今年の7月7日市立図書館は、開館20周年を迎えることができました。

これを記念しまして、各種事業を開催いたします。

① おはなし玉手箱スペシャル

すばなしを聴いて、読書への興味をそらせます。

- ・市立図書館 …… 8月4日, 1月12日
- ・東図書館 …… 8月22日, 1月26日

② 1日こども司書

小学生に図書館業務を体験してもらい、図書館への理解を深めます。

- ・市立図書館 …… 8月20, 22, 23日
- ・東図書館 …… 8月21, 22, 23日

③ 落語会

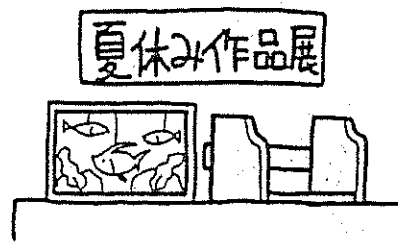
視覚障害者鑑賞用テープ作成落語会にプロである真打を招き、視覚障害者や一般市民にも落語に親しんでもらいます。

- ・市立図書館 …… 9月22日

④ 読書感想画展

自分が読んだ図書の印象、感想等を絵に表現し、読書への親しみを養います。

- ・小学生に夏休みの自由課題として募集して、11月の1か月間、市立、東の両図書館に展示します。



⑤ 記念講演会

著名人を招聘して、開館満20年を迎えた意義及び読書推進を内容とした講演会を開催します。

- ・11月27日（火）午後6時30分～
文化会館小ホール
講師 重松 清 氏（直木賞作家）

□ 8・9月の催物案内

おはなし玉手箱スペシャル
～夏の巻～

日本や世界の昔話などを「すばなし」
で楽しめる、小学生から大人まで対象
にしたおはなし会です。

- ◆ 日時 8月4日(土) 午後1時30分～
- ◆ 場所 市立図書館3階集会室
- ◇ 日時 8月22日(水) 午後2時～
- ◇ 場所 東図書館2階集会室
- ▲ 申込 当日、会場へ

第114回 落語会

視覚障害者鑑賞用テープ作成のための
落語会を、落語のプロである真打を招い
て、のんき亭喜楽一門会のご協力により、
開催いたします。

- ◆ 日時 9月22日(土) 午後2時～
- ◆ 場所 市立図書館3階集会室
- ▲ 入場 無料 直接会場へ

利用案内

○開館時間

午前9時30分から午後7時まで
(児童図書室は午後6時まで)



○休館日

	市立図書館	東図書館
定休日	金曜日	月曜日
図書整理日	第3火曜日	第3木曜日
資料整理日	4月1日	
年末年始	12月29日～1月3日	
特別整理日	年に10日以内	

8月の休館日－市立図書館

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	⑲	22	23	⑳	25
26	27	28	29	30	⑳	

8月の休館日－東図書館

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	⑳	28	29	30	31	

9月の休館日－市立図書館

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

9月の休館日－東図書館

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	㉑	26	27	28	29
30						

○印：休館日

9/25は9/24が振替休日のため、休館日です

としょかん 第119号

平成13年8月1日

編集・発行 宇都宮市立図書館 明保野町7番57号 〒320-0845 ☎636-0231
宇都宮市立東図書館 今泉町2137番地 〒321-0962 ☎638-5614