

令和7年
9月号

姶良市立図書館

図書館だより



高齢者を敬い長寿を祝う！

敬老の日

長寿な人生



『102歳、今より
元気に美しく』

堀野 智子 // 著
(朝日新聞出版)

102歳、現役美容部員として働く堀野智子さん。ギネス記録にも認定された彼女が、普段行っている食事・美容法・健康法などを詳しく写真付きで紹介しています。

日々健康でいるために！

『ロトレ・脚トレで“若返り”！』

飯島 勝矢 // 著(NHK出版)

その体の衰え、要介護への入り口かも！？生活の工夫で「フレイル」を防ごう！会話・食事のコツなど、毎日できる一工夫を伝授。



知っ得!? 敬老の日

兵庫県のある村であったお年寄りを敬う「としよりの日」が全国へ広がったといわれています。もともと9月15日でしたが、現在は9月の第3月曜日になりました。

あなたは大丈夫？

フレイル予防講座

フレイル：要介護の前段階



講師：木之下 弘美 氏
(明治安田生命保険相互会社)

日時：9/26(金) 午後2時～

場所：中央図書館 1F 研修室

定員：40名程度

申込方法

右のQRコードからWEB申し込み、または申込書を図書館の窓口へ提出してください。



新着案内

中央館

一般書	登ろう!富士山	佐々木 亨
	マジカル博物館ツアー	パトリック・ボー
	ご当地絶景九州	—
	1分でわかるコンプライアンスの基本	臼井 一廣
	サイレントシンガー	小川 洋子
児童書	しらべるつながりのずかん	おかべ たかし
	時間割男子 17	一ノ瀬 三葉
	聞くのが楽しくなる耳のひみつ	今泉 忠明
絵本	どきどきかくれんぼ	竹下 文子
	ハムスたんていとかいとうニャー	柴田 ケイコ

加治木館

一般書	外国人のあたりまえ図鑑	南 龍太
	水族館飼育員のただならぬ裏側案内	なんかの菌
	午後のおいしい薬膳日記 1	午後
	ババヤガの夜	王谷 晶
	行先は未定です	谷川 俊太郎
児童書	大人も知らないみのまわりの謎大全	ネルノダイスキ
	知ると楽しい!カレーのすべて	一条 もんこ
	異常気象の教科書	齋藤 勝裕
絵本	ぶたすけのラッパ	やまざき ひろし
	ぎょうざがとなりにひっこしてきました	玉田 美知子

蒲生公民館

一般書	毎日ご機嫌な「わたし」をつくる47のポジティブ習慣	中山 晴菜
	ドライブ九州ベスト [2025]	—
	日本と世界のダンゴムシ飼いか方&原色図鑑	佐々木 浩之
	はじめよう! ソロ・ウクレレ入門	キヨシ小林
	あの夏のキミを探して	汐見 夏衛
児童書	見たい、知りたい世界の学校	二宮 皓
	広島の木に会いにいこう	石田 優子
	おおなわ跳びません	赤羽 じゅんこ
絵本	あめふりのにらめっこだいこん	わび みよ
	ゆびでたどる進化のえほん	三上 智之

今月の
一冊

The British Book Awards 2025
ブリティッシュ・ブック・アワード

Debut Fiction 部門

デビュー・フィクション



所蔵館：全館

男たちの財産を奪い、殺害した容疑で逮捕された梶井真奈子。女性記者・里佳は、梶井への取材を重ねるうち、彼女の言動に振り回され…全世界で累計部数90万部を突破した話題作。

『BUTTER』

柚木 麻子/著 (新潮社刊)

「The British Book Awards」：出版業界のニュースを報道する英国の雑誌『The Bookseller』が運営する文学賞。日本人作家では初めての受賞となり、「BUTTER」はイギリス国内の賞をこのほかにも二つ獲得し、三冠を達成しています。

中央図書館 ☎ 0995-64-5600

加治木図書館 ☎ 0995-62-2605

蒲生公民館図書室 ☎ 0995-52-1771

「図書館だより」は
HPからもご覧
いただけます。

<http://lib-air.jp/>



中央図書館

9月展示&おすすめ BOOK

9月カレンダー

休館日

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				

○ おはなし会 14:30～ 絵本コーナー
 ♥ おはなしだっこの会 11:00～ 1 階研修室
 (乳幼児向けおはなし会)

★:映画 詳細は映画だよりをご覧ください。

ふれあいプラザ

・8/26(火)13:30～9/9(火)13:30
 「令和 7 年ボランティア協力校成果物展示」
 ・9/19(金)10:00～9/30(火)16:30
 「認知症を身近に感じるパネル展」

【逃げるが勝ち】

人・会社・家庭・様々なものから『逃げる』!

『逃亡者は
北へ向かう』
柚月裕子/著(新潮社刊)

殺人犯となりつつ
もある人物を探す
ため姿を消した青年
と彼を追う刑事
の震災クライム
サスペンス。



『今の会社、
ヤバいかも!?』
3 万人の「もう無理!」でわかる
会社の見分け方。』

退職代行モームリ/著 (小学館クリエイティブ)
追いつめられる前に会社から逃げる!



Let's フレイル予防

ふれあい講座開催
にあわせ、介護予防
の本を集めました!

敬老の日 読書のすすめ

読書推進運動協議会
『敬老の日 読書のす
すめ』に掲載された本
を展示。

加治木図書館

今月の展示&おすすめ本紹介

9月カレンダー

休館日

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				

9/27: おはなし会

図書館 de 万博
その1

『世界のセカイ』

大阪・関西万博に併せて図書館内にも
世界の技術や文化に触れられる本を
集めています!

『世界の朝ごはん』(バイインターナショナル)
WORLD BREAKFAST ALLDAY/監修
バイインターナショナル/編著
フランスのクロワッサン、アメリカの
エッグベネディクト、中国の白粥…。
朝ごはんには文化や歴史がつまっ
ている! 世界 66 カ国 167 種類の
伝統メニューを紹介。
★第 11 回 料理レシピ本大賞
in Japan エッセイ賞★



『世界のグルメ』

世界の味をお家で!
あなたの知らない食文化が
あるかもしれません。



『おうち台湾菜』

沼口 ゆき/著(主婦の友社)
台湾の食堂、屋台、家
のごはんを、日本にある調
味料で再現。たちまち現
地の味が楽しめるレシピを
紹介します。

『心ゆたかに生涯読書』

敬老の日にあわせて、中高年の皆様におすすめの本を
紹介します。いつまでも元気に本を読んでくださいね!

『百一歳。終着駅のその先へ』

佐藤 愛子/著(中央公論新社)
しつこく生きて 101 歳。90 代後半から
2024 年までの『婦人公論』でのインタビュー
と、単行本未収録のエッセイを総ざらい!



『親子で読んでほしい絵本大賞』

親子で絵本を読んで素敵なひと時を。

『王さまのお菓子』

石井 睦美/文、くらはし れい/絵
(世界文化社)
「王さまのお菓子」それは、
しあわせのお菓子。
大切な誰かを想う、優しさ
を描いた物語。



おはなし会のご案内

日時: 9月27日(土) 11 時～
場所: えほんコーナー

秋にぴったりのおはなしが
たくさんあるよ! あそびにきてね!



絵本コーナーには季節の絵本を
展示しています。

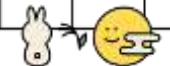
蒲生公民館図書室

今月の展示

9 月カレンダー

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				

9/23: 秋分の日



開館時間 9:00～17:00 ※12:00～13:00 は休室

【介護を学ぼう】

9 月は世界アルツハイマー
月間。介護のことや認知症に
ついて学べる本を特集。

おすすめ! の一冊

「認知症世界の歩き方」

寛 裕介/著(ライツ社)
「認知症の方が実際に見て
いる世界」をスケッチと旅行記
の形式で表現。認知症のことを
楽しみながら学べる一冊。



【水の絵本】

先月に起こった水害。
水について学び、大切さを
感じられる絵本を特集。

【動物の絵本】

9/20～9/26 は動物
愛護週間。愛すべき
動物の絵本を特集。



夏の暑さがなかなか落ち着かない9月。
それでも慌ただしかった夏がひと段落して、
ゆっくり過ごされている方も多いのでは?
読書に最適といわれる秋を迎えるため、
ぜひ本を選びにお越しください!