

あやかりの杜書館だより 5月号

5月は新しい環境に緊張し、疲れが出やすい時期
五月病? コロナのせい? な〜んか元気でない!

今月の特集 ココロとカラダに 読書のサプリメント特集

いやされる本・ホッとする本・元気になる本
ちょっと疲れたあなたにおすすめの本たちです。



『ソレで学ぶA to Z』
ポール・ルイス/著

悲惨な時代の終末到来を
詩とイラストで描いた
ブラックユーモアな絵本。



『わたしは織細さん』
武蔵波/まんが

HSPが自分らしく
生きる方法



『友達100人できません』
諸富 祥彦/著

無理しない、焦らない生き方を
気鋭のカウンセラーが
「ゆらりん」と考え紹介します。



『図解 新型コロナウイルス
メンタルヘルス対策』
亀田 高志/著

コロナうつと不安への
処方箋を Q&A 形式で教える。



『あつかったらぬげばいい』
ヨシタケシンスケ/著

ヨシタケ式
心を暖める本



『にげてさがして』
ヨシタケシンスケ/著

ヨシタケシンスケ
新作2冊



逃げることで新しい可能性に
出会うことを伝える絵本

こんな時(コロナ禍)だからこそ
自動貸出機をご利用ください。



誰とも接触せずに貸出
することができます。
(CD・DVD 不可)
詳しくはスタッフまで!



『はじめてのソロキャン』
新しい
キャンプ
方式
『おうちでキャンプ
ミニキッズ』



こんな時(コロナ禍)でも楽しめる!
今年のGW どう過ごす?

『ホットプレートひとつで
ごはんこっちはんがでぢやった』
『時間を楽しむ
おうちカフェ』



『集中
せいの屋の』
中野 実/著

お部屋の
模様替えも
イイね!!

図書館カレンダー

5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	31					

6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			

開館時間

平日 午前 10:00~午後 8:00
土日祝 午前 9:00~午後 5:00

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、おはなし
会・あかちゃんタイム・各行事・一部サービスを見
合わせています。詳しくはあやかりの杜ホームペー
ジやお電話でお問い合わせ下さい。

■ は お休み

月曜日・第1水曜日(館内整理日)・慰霊の日