



休館日・お知らせ
などはこちら
角田市図書館ホームページ

〒981-1505 角田市角田字牛館 10 番地 TEL 0224-63-2223 HP : <http://www.city.kakuda.lg.jp/site/tosyokan/>

突然ですが!

わふうげつめい

「和風月名」をご存じですか?旧暦で表す月の呼び名のことです。4月の和風月名は「卯月(うづき)

ですね。名前の由来は「ウツギ(卯)の花が咲く季節だから」。この説がよく知られています。旧暦は新暦(現代の暦)とはズレがあるので、私たちが実際に卯の花を見られるのは5~6月ごろ。

さて、十代の皆さんの中には、この春に大きな環境の変化を迎えたひともいるでしょう。新生活は慣れないことの連続で、理想や希望とちがうことも。ですが、どんな状況でもたくましく生長する若葉のように、皆さんの日々が健やかで充実したものとなることを願います。

13歳からのジャーナリング -紙とペンがあればすぐできる! 感情を書き出して頭と心を整える-

叢書名: ジュニアコツがわかる本
著者: 藤本 志乃 監修
出版者: メイツユニバーサルコンテンツ
コンテンツタイプ: 電子書籍(フィックス)

Windows Mac
iOS Android

電子図書館
オススメ!

「ジャーナリング」とは

「書く瞑想(めいそう)」とも呼ばれ、頭の中に浮かんだことを次々と書き出していくこと。内容は何でもOKだが、**正直に書くこと**。ストレス軽減をはじめ、さまざまな効果があるといわれている。

～体験者の声～

書いていくうちに頭がスッキリとしていくのが分かった。紙に書いていく時のカリカリとした音も、何だか心地よかった。

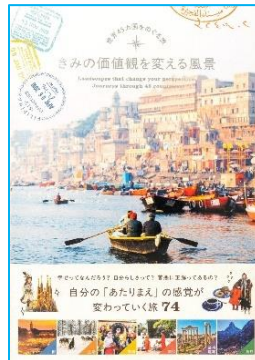
本紙担当 S

新着図書

- 『自分を好きなきみが好き』
あやせ りんて/著
- 『10代のための座右の銘』
大泉書店編集部/編
- 『読み書きのない世界』
山下 宗久/著

この他にもたくさんのお本が入りました!

ティーンズコーナー おすすめの一冊



『きみの価値観を変える風景』

世界45カ国をめぐる旅

TABUZINE/著
PIE International/著
諸田/景子[ほか]編・執筆
パイインターナショナル/出版

図書館カレンダー

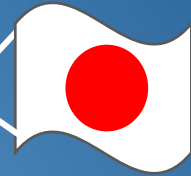
●火～金曜日 午前10時～午後6時 ●第1・3水曜日 午前10時～午後7時 ●土・日曜日 午前10時～午後5時

4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	*	*

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	*	*	*	*

世界は広～い！ 海を渡った日本人



『深夜特急 5
トルコ・
ギリシャ・
地中海』



沢木 耕太郎/著
新潮文庫

ひろゆき

本名西村博之。実業家。
著書に『1%の努力』
『99%はバイアス』
など。フランス在住。



地中海

佐藤 まどか

作家。著書に『ノク
ツドウライオウ 靴
ノ往来堂』『少年と悪
魔』など。イタリア
在住。



ヘビクイワシ

『アフリカで、
バッグの会社
はじめました』

江口 絵理/著
さ・え・ら書房



熊谷 はるか

大学生。著書にイン
ドでの経験を基にし
た『JK、インドで常
識ぶっ壊される』が
ある。



Khal kh 羊

日本

鳥居 きみ子

民俗学者。夫とともに
モンゴルの風習や文化
などについて研究。
人物伝『鳥居きみ子
家族とフィールドワークを
進めた人類学者』（竹内
紘子/著）がある。



『きみを変える50の名言
大谷翔平、渡辺直美ほか』

佐久間 博/文
ふすい/絵
汐文社

白石 あづさ

ライター&フォトグラ
ファー。これまでに訪れた
国は100以上。著書に
『逃げ続けたら世界一周
していました』など。



キー・カーカー島

石川 直樹

写真家、登山家。北極・南極間を
スキーやカヤックなどを用いて
人力で踏破（とうは）した。著書
に『いま生きているという冒険』
など。



ニシン

岡本 啓史（ひろし）

国際教育家、生涯学習
者、パフォーマー。
在チリ日本大使館で
委嘱員として勤務。著
書に『なりたいたい自分と
の出会い方 世界に
飛び出したボクが伝え
たいこと』など。

岩城 けい

作家。著書に『さよう
なら、オレンジ』『M』
など。オーストラリ
ア在住。



アカカンガルー

南極



コウテイペンギン