

としょかん だより

2025.3 No.205

長崎市立図書館

〒850-0032 長崎県長崎市興善町1-1

TEL 095-829-4946

FAX 095-829-4948

ホームページ

<https://lib.city.nagasaki.nagasaki.jp/>

ホームページ



長崎市電子図書館



Topic

■ 返し忘れの本、ありませんか？

3月は引っ越しなど、生活環境が変化する方も多いのではないのでしょうか。新生活の準備に追われる中、図書館の本やDVDなどの返し忘れはございませんか？

いま一度、ご自宅の本棚など、ご確認をお願いいたします。

本・雑誌は図書館またはお近くの公民館やふれあいセンター図書室でご返却いただけます。

CD・DVDは貸出をした図書館・図書室の窓口でご返却ください。

Information

図書の展示

1階特集展示 生活のなかの科学（～3/30）

1階特別展示 税のアレコレ（～3/15）

2階特集展示 人生の輝き（～3/30）

2階特別展示 ごみ問題。

いつまでもイキイキ健康に～女性の健康週間関連展示～（～3/14）

長崎検定に挑む！（～3/16）

グラバー園と古写真（～3/30）

大切なあなたと家族のために～自殺対策強化月間関連展示～（3/16～）

YA特集展示 現場を知る

YA投稿展示 載ってほしい！紙幣の人物

児童特集展示 春をさがそう

児童ミニ展示 おおきくなあれ！

イベント

明治安田×長崎市立図書館 医療・健康講座

知って備える！

もしものときのがん講座

3月12日(水) 14:00～15:30

(開場13:30)

場 所：多目的ホール

定 員：50名 参加費：無料

申込み：メールまたは2階カウンター

がんの基礎知識を学び、もしものときに備えましょう！治療法や費用、診断されたあとの生活などについてわかりやすくお話しします。

血管年齢測定など、健康チェック体験コーナーもご利用いただけます。

開催中！

グラバー園開園50周年記念 古写真展

－ 影像に観る居留地の光（かがやき）－

長崎大学附属図書館収蔵の「幕末・明治期日本古写真コレクション」を含め、多くの古写真を展示しています。

2月5日(水)～3月31日(月)

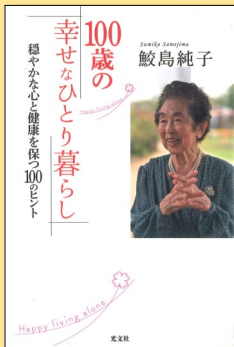
場 所：図書館1・2階 クロスロード等



開館状況やイベントの詳細・開催状況は、図書館のホームページ・SNS・館内ポスターをご確認ください。

BOOKS：すこやか

季節の変わり目です。心も体もすこやかに♪



100歳の幸せなひとり暮らし

穏やかな心と健康を保つ100のヒント

鮫島 純子/著

光文社

K159サ(1階暮らし)

渋沢栄一の孫娘である著者が、100歳を迎える年に人生を振り返り語る100のお話。自身が生きてきた道のりの中で感じたことや気づいたことを、穏やかな心と健康を保つためのヒントとしてつづる。



不老不死のクラゲの秘密

久保田 信/著

毎日新聞出版

483.3ク(2階フロア)

ベニクラゲは重傷を負っても再生し、老化・老衰しても若返るウルトラ能力を持っている。この能力を解明することで、人類の夢である不老不死は実現するのか。そのメカニズムに迫る。



江戸の健康食

小泉 武夫/著

中央公論新社

B498.5コ(1階文庫)

和食の原点を学ぶことで、現代の食文化につながる知恵を再発見！発酵食品や伝統食材など江戸時代の健康食をさまざまな文献とともに紹介し、食と健康の深い関わりを解説していく1冊。



スゴイカラダ あなたの健康を保つ 驚くべきしくみ

北村 昌陽/著

日経BP社

491.3キ(2階フロア)

カラダのしくみについて「食べる」「調節」「めぐり」「うごく」「感じる」「つくる」の6つに分け、身近な例やイラストを用いて46人の医学研究者がわかりやすく説明。健康を保つために、まずはカラダのしくみを知ることからはじめませんか。



心と体がととのう フィトセラピー

植物のチカラを暮らしに生かす

岡野 真弥/著

池田書店

K499.8オ(1階暮らし)

フィトセラピーには、植物の力を利用して人間が本来持つ自然治癒力を高め、心と身体のバランスを整える働きがあるという。本書では、春夏秋冬のリズムに合わせたレシピと、自宅のできるセルフケアの方法を月ごとに紹介。



テルマエ

お風呂でつながる古代ローマと日本

青幻舎

383.6テ(2階フロア)

「スパ」は「水による健康」を意味するラテン語に由来する。最盛期は市内に1000か所も存在したという古代ローマの浴場。記録に残るだけで約1300年前から日本人が利用してきた温泉や江戸時代の銭湯。出土品や絵画など一次資料を用いて、お風呂好きが古代ローマと日本の暮らしを紐解いていく。

