

中野区立図書館報

中野区の木の「しいの木」そして、図書館を表す「biblio」
それらをあわせてタイトルを「シイビブリア」としました

シイビブリア

VOL.
39

注目!
スポーツの祭典 新競技

スポーツと読書
”○○の秋”を両方楽しむ

中野区立東中野図書館
あなたの好奇心を刺激します!



seebiblia

中野区立図書館報
シイビブリア

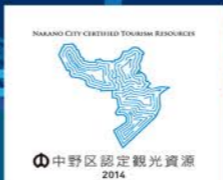
中野区立図書館報
シイビブリア vol.39

令和元年9月30日発行(隔月1回末日発行)
発行人 廣瀬幸子

〒164-0001 東京都中野区中野二丁目9番7号
発行 中野区立中央図書館シイビブリア編集部

ISSN 2187-9893

seebiblia



中野区立図書館

<https://www3.city.tokyo-nakano.lg.jp/tosho/>

指定管理者

ヴィアックス・紀伊國屋書店 共同事業体

seebiblia

注目!

スポーツの祭典 新競技



いよいよ来年、世界的なスポーツの祭典が東京にやってくる。4年に1度の大会に対し着目すべき点はあまりに多いが、本特集では、東京大会で実施される新競技について解説する。

3年前の2016（平成28）年8月3日。ブラジル・リオデジャネイロで開催された国際オリンピック委員会（IOC）の総会において、日本側が提案した追加種目、「野球・ソフトボール」「空手」「スケートボード」「スポーツクライミング」「サーフィン」の5競技18種目（図1※次ページ）が全会一致で一括採用された。野球・ソフトボールは2008（平成20）年の北京大会以来、3大会ぶりの復活となり、他4競技はいずれも初採用だ。日本発祥の空手は、候補に挙がりながら

3回も落選した過去があり、今回で悲願の競技入りとなった。

スケートボードとスポーツクライミングは、「アーバン（都市型）スポーツ」とも呼ばれる。派手な動きや音楽、ファッションが融合し見映えがするため、写真や動画をSNSで発信しやすい。サーフィンも併せて、若い世代に人気が高いスポーツとして初めて採用された。

開催都市が追加種目を提案できる仕組みは、今回の東京大会から始まった初の試みである。これは、IOCが2014年に発表した中長期改革「アジェンダ2020」で掲げられた改革柱の一つだ。改革の背景には、以前より大会の立候補地が減少傾向にある実態がある。大会が肥大化したため、開催地は予算が確保

できる世界有数の大都市に限られる。また、大会のために建設した施設が、後に「不良債権化」するなど、開催都市の負担が増大したことも主な原因の一つだ。そうした事態に危機感を抱いたIOCが、各都市の招致の意欲を高めるため、今回の改革を進めるに至った。

しかし、日本の本命である野球・ソフトボール、空手にはそれぞれ弱点があった。野球は米大リーグの参加が確約されておらず、空手も柔道やテコンドー、レスリング等の格闘技系との競合や、流派によってルールが異なる等の問題を抱えている。

それでも追加種目として認められたのは、5競技をセットで審議してもらおう「パッケージ方式」が功を奏したからだ。

若年層のスポーツ離れを気にするIOCには、若者が好む競技の導入を進めたいという意向があった。そこで日本側は国内で要望の強かった野球・ソフトボールと空手の「お家芸」2競技に加え、「若者人気」3競技を抱き合わせで提案、IOCの執行部を説得した結果、見事採用に至った。

追加競技は原則1大会限りの採用という制限がある。そんな中、今年の2月に2024（令和6）年のパリ大会における追加競技が決まった。原則通り、野球・ソフトボールと空手が競技から外れてしまったが、残り3競技は引き続き採用となり、新たに「ブレイクダンス」が追加された。パリ大会でも、「若者受け」が重視された結果だ。将来的には、コン

ピューターゲームの腕前を競う「eスポーツ」の導入も検討しているという。時代の変化に合わせた新陳代謝は果たしてうまくいくのか。大会の生き残りをかけた取り組みにも注目である。

新競技の見どころ

新時代の大会を目指し採用された追加競技の中には、日本ではなじみの薄いものもある。それらは競技としてどのような魅力を持ち、勝敗はどう決まるのか。各種目の特徴や見どころを紹介する。競技の種目数や開催日程、選手数等は下記の図を参照いただきたい。



空手

発祥は琉球王国時代の沖縄とされ、1920年代に日本全国に広まった。第二次世界大戦後の1957（昭和32）年剣道のルールを参考に全国規模で初の空手競技大会「第1回全日本大学空手道選手権大会」が開催され、現在の競技方式がほぼ確立。これを機に海外にも伝わって人気武道となった。現在は世界で約1億人の愛好者がいると言つ。

競技種目は大きく2つに分けられる。仮想敵に対し攻撃技と防御技を組み合わせ、一人で演舞する「形」と、防具を付け、1対1で戦う「組手」だ。

複雑な形のコースが競技の舞台。上部はほぼ垂直に近い窪地を一気に駆け上がり、空中へ飛び出して行うエア・トリックが「パーク」での見せ場だ。
コース取りやトリックの順番、種類は選手が自由に決めることが可能で、その難易度や高さ、スピード、独自性、完成度、全体の流れが総合的に採点される。競技会場は、フェスティバルのような開放的な雰囲気の特徴。軽快なBGMが流れる中、選手は華麗に宙を舞い、様々なトリックで観客を魅了する。過去にXゲームズで優勝した日本の若い世代にも期待が高まる。



スポーツクライミング

ルーツは、ロッククライミングの一種であるフリークライミング。壁に固定されたカラフルな突起（ホールド）を使い、垂直の壁を道具に頼らず自分の体一つで登る。身体能力はもちろん、知力や判断力を問われる。競技としてはまだ歴史が浅く、1989（平成元）年に初めて正式な国際大会が開催された。

来年の東京大会では、男女の「複合」種目が行われる。それぞれ、「ボルダリング」「リード」「スピード」の3種目の総合成績で勝敗を争う。

ボルダリング 高さ4m程度の壁に設定された最難関のコースを、命綱無しで制限時間内にいくつ登れるかを競う。落ち

図1 追加競技 5競技18種目 概要

競技	実施種目	種目数	選手数	競技日程	国際団体加盟国・地域数/世界競技人口※2
野球・ソフトボール	野球（男子）	1	144（6チーム）	10日間 6日間	138 / 6500万人
	ソフトボール（女子）	1	90（6チーム）		
空手	形（男女）	2	20（男女各10）	3日間	197 / 1億3000万人
	組手3階級（男女）※1	6	60（男女各30）		
スケートボード	ストリート（男女）	2	40（男女各20）	各2日間	72 / 5000万人
	パーク（男女）	2	40（男女各20）		
スポーツクライミング	ボルダリング・リード・スピード複合（男女）	2	40（男女各20）	4日間	91 / 2500万人
	ショートボード（男女）	2	40（男女各20）		
サーフィン	ショートボード（男女）	2	40（男女各20）	4日間※3	106 / 3500万人

※1 男子：67kg級、75kg級、75kg超級 女子：55kg級、61kg級、61kg超級

※2 2016年8月4日 朝日新聞夕刊1面 「野球・ソフト復活」より抜粋、各競技団体調べ ※3 競技日程は波の状況により変更となる可能性あり

ても再トライできる。コースを事前に練習できないので、選手はルートを考えながら登る必要がある。「体を使ったチェス」とも呼ばれ、超人的な姿勢、ダイナミックな動きで見えるものを感じさせる。
リード 命綱を使い、制限時間内で高さ15m以上の壁のどの地点まで登れるかを競う。墜落、反則の場合、その地点が記録となる。最も長い距離を登る種目のため、選手の持久力が問われる。いかに無駄な動きを省き、最小限の力で登っていくかが勝負のカギとなる。
スピード 世界共通のルートで設定された高さ15m、95度に傾いたコースを、どれだけ早く登るかを競う。命綱あり。世界トップ選手は男子で5秒台、女子は7秒台で駆け上る。あまりの速さに驚くことは間違いない。

国際大会では近年日本人選手の活躍が目覚ましく、一般的にもエクササイズの一環として認知度が上がってきている。今回の大会でさらに人気に火が付くであろう、今注目の競技だ。



サーフィン

サーフボードという板の上に立って波に乗り、そのテクニクを競う。起源は古く、明確には解明されていないが、西暦400年頃には原型が存在していた。ハワイやタヒチに住んでいた古代ポリネシア人によって発明された海のスポーツだ。

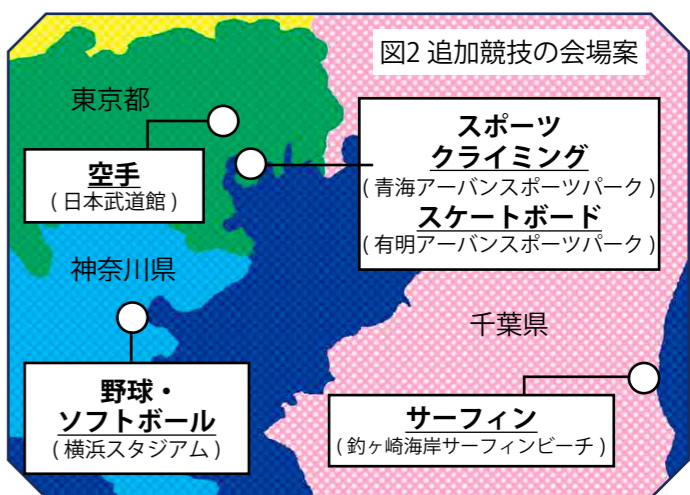


図2 追加競技の会場案

形 「受け・突き・蹴り・投げ・固め」などの技の正確性や総合的な出来栄を競う。技の難易度や一連の動作の力強さ、リズムやバランス等を審判5人が判定する。キレと迫力、ドラマティックな連続技は息を飲む美しさがある。
組手 階級別で対戦し、相手に対し自由に攻め合い、「突き・蹴り・打ち」をいかに素早く、正確にコントロールして行えるかで競う。技の難易度によって異なるポイントを、時間内に多く獲得、または8ポイントの差をつけた方が勝ちとなる。しかし、全ての技は「寸止め」で行い、故意に当たると反則となる。目にも止まらぬスピードで繰り出される技は一瞬たりとも見逃せない。

サーフボードのサイズによって大きく2つの種目に分けられる。古くから親しまれた、長さ9フィート（約274cm）以上の「ロングボード」と、1970年前後に登場した「ショートボード」だ。東京大会では後者が実施される。長さが6フィート（約183cm）前後と小ぶりで細かいターンがしやすく、より素早く、ダイナミックな技を行えるようになった。風や潮の満ち引きによって波のコンディションが異なるため、競技時間は当日の状況によって変わる。多くの大会で15〜20分間が与えられ、時間内に8〜10回前後波に挑む。複数の審判が1回10点満点で採点し、得点の良い2本の合計点で順位が決まる。

選手は、刻々と変わる波を見極め、いかに味方とするかに勝負がかかっている。複数の選手が一斉にスタートする中、1つの波に乗れるのは1人だけで、他の選手を妨害した場合、減点の対象となる。波の頂上から空中へ舞い、体勢を崩さず着水する「エアリアル」などの高度な技を、大きな波で成功させると高得点が望める。技の難易度だけでなく、オリジナリティ、パワーや全体の流れの美しさなどが採点の対象。いかに質が高く、ダイナミックでスピード感のあるライディングができるかがポイントとなる。

アメリカ、オーストラリアなどが強さを誇るが、日本でも世界大会でメダルや入賞経験がある選手が増えてきている。今後が楽しみな競技である。

日本選手は、特に形において国際大会で活躍している。今回の大会でもメダルラッシュが期待できる競技である。



スケートボード

車輪の付いた運動用具で、平地や斜面を滑走して行う「ローラースポーツ」の一種。空中で様々なトリック（技）を披露し、その難易度やスピード、演技の独自性を競う。
1940年代、アメリカ西海岸で木の板に鉄の車輪をつけて滑った遊びが始まりとされているが、起源には諸説ある。80〜90年代にかけ世界に広まった比較的新しいスポーツで、特に90年代後半からは、ストリート・カルチャーの中心的存在となった。

日本ではまだスポーツとして認知度が低いですが、主に北米では賞金大会「Xゲームズ」がテレビ放映されるなど、認知度、人気とともに高い。東京大会では「ストリート」と「パーク」の2種目が実施される。

ストリート その名の通り、街中をイメージした縁石やベンチ、階段や手すりなどのセクション（構造物）を配した空間が競技会場となる。選手はセクションを飛び越えたり、上に乗って滑り下りるなど多彩なトリックを決める。

パーク 平らな床面やおわん型にくぼんだ斜面をいくつも組み合わせたような、

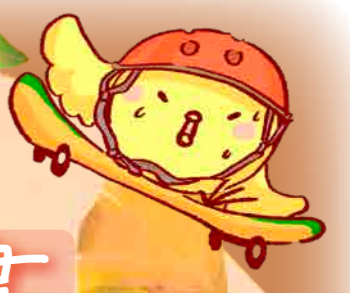
参考文献・WEBサイト

- ◆ **読売新聞**
 - 「東京五輪 野球・ソフト復活決定」
 - 「お家芸」新顔「熱く」
- ◆ **朝日新聞** 「野球・ソフト定着難題」
- ◆ **毎日新聞**
 - 「5競技一括提案実現」
 - 「若者志向で「明暗」」
- ◆ **日本経済新聞**
 - 「都市型スポーツ 五輪に若者呼べ」
- ◆ **YOMIURI ONLINE**
 - 2019年5月14日付北海道朝刊、38面
 - 2020×4 東京オリンピック新競技紹介
- ◆ **国際オリンピック協会**
 - <https://www.olympic.org/>
- ◆ **東京オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員会**
 - <https://tokyo2020.org/jp/>
- ◆ **国際野球連盟**
 - <http://www.wbcs.org/ja/>
- ◆ **国際空手連盟**
 - <https://www.wkf.net/index.php>
- ◆ **全日本空手道連盟**
 - <https://www.jkfne.jp/>
- ◆ **国際スポーツクライミング連盟**
 - <https://www.ifsc-climbing.org>
- ◆ **国際サーフィン連盟**
 - <https://www.wisurf.org/>
- ◆ **日本サーフィン連盟**
 - <http://www.nsa-surf.org/>

※ 本誌の掲載内容・お知らせ情報は記事作成当時のものです。

スポーツと読書

"○○の秋"を両方楽しむ



図書館から連想する"○○の秋"は"読書"であるが、4年に一度の世界大会からは"スポーツ"が思い浮かぶ。

2019(令和元)年の秋は、次の大会で実施される新競技に関連する本を手に取り、読書とスポーツを両方楽しんでみるのはいかがでしょうか。ルールを調べたり、各競技にまつわる物語を読むなど、2020(令和2)年に向けて気持ちを盛り上げよう!

野球・ソフトボール

『ボールのひみつ』



新星出版社編集部/編、新星出版社、2009年、所蔵：中央・東中野

様々なボールについて特集されている。素材や形、デザインの移り変わり、断面の様子を写真で確認できるのも面白い。「ソフトボールは、硬度だけなら硬式野球よりも硬いのだが、重量は硬式野球のほうが上のため、衝撃は大きい」など、「ひみつ」にしないで誰かに教えてあげたくなる情報が満載だ。

野球

『みんなのプロ野球川柳』(カネシゲタカシ/「編」著、講談社、2017年、所蔵：上高田)

プロ野球の12球団にまつわる「あるあるネタ」が川柳で楽しめる。漫画家力ネシゲ氏が主催するツイッターの投稿者の作品がずらりと並ぶ。約2万通の中から選ばれた厳選作品をご堪能あれ。

ソフトボール

『みちくさ道中』(木内昇/著、集英社)

ルディング)のポイント、各種目の違いや何を競い合うのかも分かり、観戦の助けになるだろう。

『なんでわざわざ中年体育』(角田光代/著、文藝春秋、2016年、所蔵：中央・野方・江古田)

著者はマラソン、登山、ヨガなど様々なことに挑戦している。その中でボルダリングに関する記述がある。「それが何か、よく知らない。友人が毎週やっている」「私にだってできるだろう」とはじめて見たものの、悪戦苦闘するのである。運動する著者の写真も微笑ましく、何だか楽しいエッセイ集。

2017年、所蔵：江古田

学生時代ソフトボールに打ち込んでいた直木賞作家による初のエッセイ集。卒業後の部活仲間との付き合いや、大人になつてから地元のチームでプレイする話など、本文中にもソフトボールに関する記述が見られる。「道草」をしながら人生を進んでいくのも悪くない、と思わせてくれる一冊。

空手

『空手「組手」戦術の極意55』



荒賀道場/監修、メイツ出版、2018年、所蔵：江古田

「試合前には守りに入らず攻めの気持ちを持ち恐怖心に打ち勝つ」「自分の組手は「攻める」「待つ」「下がる」どのタイプなのかを見極め、相手のタイプを知り戦術を練る」「練習への取り組み方として、全力を出せなくなったら勇気を持って休む」など、心得やテクニックが55の項目で解説されている。組手の写真が細かいカット割りで掲載されており、分かりやすい。空手の道を志す人以外が読んでも、興味深い内容となっている。

『波乗り介助犬リコシエ』



ジュディ・フリードマン、ケイ・プファルツ/著、小林玲子/訳、辰巳出版、2015年、所蔵：上高田

介助犬トレーナーのジュディは、集中力があり優秀な子犬のリコシエに期待していた。だが、リコシエは次第に落ち着きがなくなり、言う事を聞かなくなっていく。もう訓練を諦めようかと思いつつ、いた時、サーフィンをやる犬(サーフ・ドッグ)の大会に参加したりリコシエの姿に、ジュディはある決意をする。サーフィンをやる介助犬リコシエが、傷ついた人々に寄り添うお話。

スケートボード

『はじめてのスケートボード』



H.L.N.A/監修、成美堂出版、2019年、所蔵：中央

スケートボードにはいくつかの種類がある。例えば、ストリートは「階段や手すり、縁石などの町中を模したコース」で技を競い、パークスタイルは「曲線的な形状を駆使したコース」で技を競う。このような種類の説明に加え、道具、各

スポーツクライミング

『基礎から始めるスポーツクライミング』



東京都山岳連盟/監修、日本文芸社、2018年、所蔵：江古田

スポーツクライミングの3種目(ボルダリング・リード・スピード)について、特徴が分かりやすく解説されている。壁の突起(ホールド)の種類や掴み方(ホー

『海のボードスポーツABC』(地球丸、2016年、所蔵：上高田)

サーフィン

サーフィンを始め、海のボードスポーツについて学べる一冊。ルールやマナーについての記述や用語集、波の各部の名称、天気図の見方など、知っていると思えても、意外な知識も豊富で、充実の内容である。

これで観戦への準備も整うというものだ。

皆さま、新競技(種目)に興味を持っていただけたら幸いです。ここで紹介しきれなかった関連本で、興味深いものはまだまだたくさんある。自分のお気に入りを探しに、ぜひ図書館まで足を運んで欲しい。

※本誌の掲載内容・お知らせ情報は記事作成当時のものです。

あなたの好奇心を刺激します！

東中野図書館

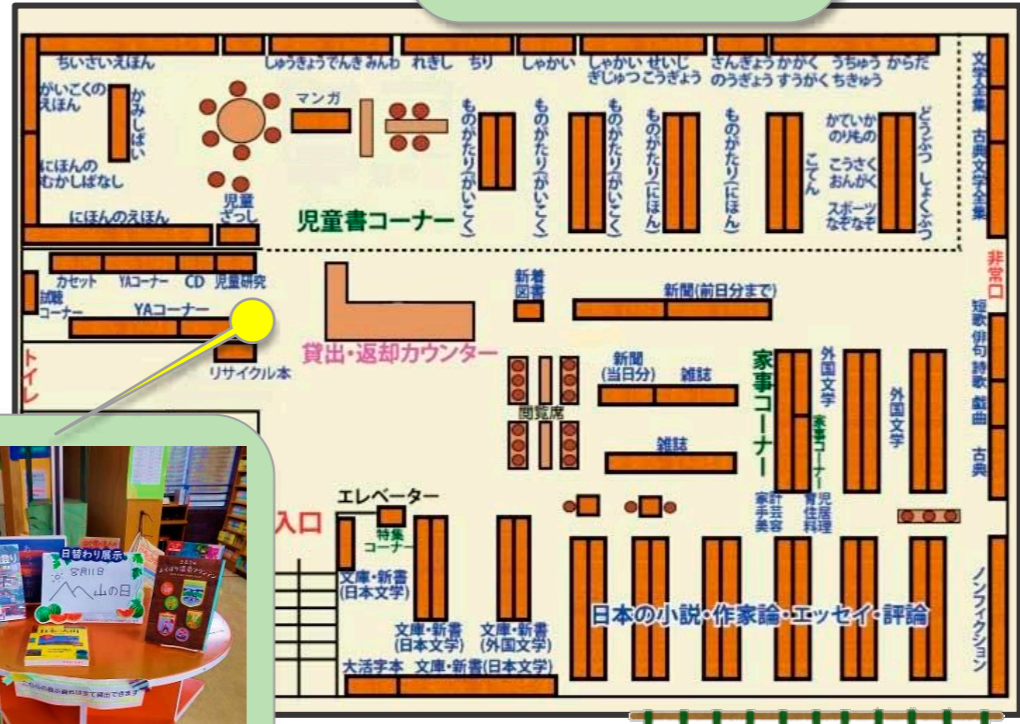
東中野図書館は中野区で中央図書館の次に広く、蔵書数も2番目に多い図書館です。建物の1階は保育園になっており、2・3階が図書館になっています。晴れの日は、外で元気に遊ぶ園児達の声を聞きながらの読書はいかがですか？



東中野図書館 書架案内図 3階



▲閲覧室は広々20席



▲今年度から始まった企画事業「日替わり展示」コーナーがあります。

東中野図書館 書架案内図 2階

2階では、様々な展示を行っています。所蔵資料の中からテーマを決めてカウンター前に集めた【特集展示】、YAコーナーの【オススメポップ展示】、カウンター横の【児童書・絵本展示】と、今年度からリサイクル図書コーナー横に新たに【日替わり展示】が加わりました。どの展示も、利用者の皆さまから大変好評を得ています。

企画事業

ここ東中野で活動されている「ゴールドジム・東中野東京」による健康運動セミナーと「東京演劇集団風」の演劇鑑賞が従来の図書館にはない珍しい企画事業となっています。今年の10月と来年の始めには両企画が開催されますので、皆さまお楽しみに！



▶「健康運動セミナー」の模様。ゴールドジムと聞くと、ハードなイメージがありますが、初心者向けのストレッチなど、気軽に実践できる内容で、毎年好評です。



▶演劇鑑賞後のアフタートークの模様。実際に劇場に赴き、演劇鑑賞＆役者さんの話を聞くことができる人気企画です。

役者さんの迫真の演技は一見の価値あり！

YAコーナー

東中野図書館2階YAコーナーでは、「同年代の子が何を読んでいるのか知りたい！」という声にお応えし、中高生の皆さんが感銘を受けた本とオススメポップを募集し、一緒に展示しています。中高生を意識した壁面装飾も見どころです。

また、図書館員によるオススメ本のポップも展示しており、その内容も毎月変更しますので、ぜひご覧下さい。



▶YA世代を意識した壁面装飾はおもわず目を引きます。

JRの西口改札を出て、左手にある階段を降り、外に出たら道路をはさんで建っている「スーパー」と「居酒屋」の間の道を200mほど進むと、左側に白い建物が見えます。1階が保育園で2・3階が東中野図書館です。

「個性ある図書館」

中野区立図書館では、それぞれある分野からテーマを設け、「個性ある図書館」展示を行っています。東中野図書館は「法務情報」をテーマとして扱っており、日常生活における身近な法律から話題の法律に関することまで、バラエティ豊かに皆さまの暮らしに役立つような内容を多数揃えております。ぜひお手に取って見て下さい。



【交通案内】

東中野駅（JR中央線・総武線、都営地下鉄大江戸線）西口より徒歩3分



※この記事は東中野図書館が担当しました



お知らせ



期間：令和元年10月19日（土）～22日（火）
場所：南台図書館 児童新刊コーナー

テーマ別に袋詰めした本を貸出します。
袋の中は借りてみてのお楽しみ！

対象：赤ちゃん～小学校高学年 なくなり次第終了
問合せ：南台図書館カウンターまたは、電話03-3380-2661にて



日時：令和元年10月19日（土） 14:00～15:30
場所：東中野図書館3階会議室
定員：20名（予約申込制/先着順）

ゴールドジム東中野東京のプロトレーナーの方を講師に招き、運動の効果や栄養に関する講演と運動の実技を経験していただきます。

対象：中学生以上
受付：令和元年9月21日（土）9:00より
東中野図書館カウンターまたは、電話03-3366-9581にて



日時：令和元年10月19日（土）10:00～
場所：野方図書館2階 おたのしみ袋特設コーナー

中学生以上の方を対象に本2冊1袋をテーマ別に分けてご用意いたします。この機会にぜひご来館ください。

個数：10袋 対象：中学生以上
問合せ：野方図書館カウンターまたは、電話03-3389-0214にて



日時：令和元年10月20日（日）14:00～15:30
場所：野方図書館3階 会議室2
定員：バトラー6名、観戦者30名
対象：中学生以上

おすすめの一冊について語ってみませんか？本を愛する皆さまのご参加をお待ちしています！

受付：バトラー…令和元年10月7日（月）9:00より
受付開始（予約申込制/先着順）
観戦者…当日（申込不要）
問合せ：野方図書館カウンターまたは、電話03-3389-0214にて



日時：令和元年10月20日（日）14:00～15:00
開場13:40～
場所：鷺宮区民活動センター 洋室2号
定員：60名（予約申込制/先着順）

中野区在住の落語家、笑福亭希光さんの落語会です。

対象：一般（小学生以下のお子さんは保護者同伴）
受付：令和元年9月28日（土）9:00より
問合せ：鷺宮図書館カウンターまたは、電話03-3337-1044にて

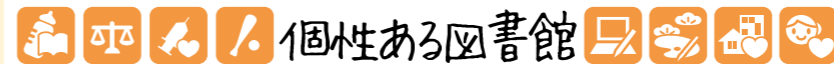


日時：令和元年10月26日（土）9:00～16:00
10月27日（日）9:00～15:00

「鷺宮地区まつり」に、図書館もクイズラリーで参加します。

場所：鷺宮図書館4階 児童室 対象：小学生
問合せ：鷺宮図書館カウンターまたは、電話03-3337-1044にて

「個性ある図書館」展示



生活に密着したテーマをもとに、各館で「個性ある(特色ある)図書」の展示を行っています。より展示に親しんでいただけるよう、各回の展示ごとに「パスファインダー(情報を探するための手引書)」をご用意しています。

	個性づくり 各館年間テーマ	8月31日～10月24日 第50回展示内容	10月26日～12月26日 第51回展示内容
中央	ワークライフ支援	ハラスメント、早く止めん！～ハラハラしないオフィスライフ～	家事でいたい そんな毎日大革命！
本町	文化・芸能・芸術	Fashion!!	西洋絵画の世界
野方	まちづくり・環境・エコロジー	まちで見かける記号やマーク	みんなで考えよう！廃プラスチック問題
南台	生活・福祉・介護	知っておくべき年金制度	電子化する生活
鷺宮	子育て・教育	AIと子ども	子どもの自己肯定感を育て
東中野	法務情報	消費税について考える	改正個人情報保護法
江古田	健康・医療	ダウン症	骨から元気に
上高田	趣味・スポーツ・生涯学習	芝居	ボランティア

中央図書館テーマ：ワークライフ支援
展示タイトル：家事でいたい そんな毎日大革命！

料理、洗濯、掃除等々……日常の家事だけでも毎日大変！それに加えて育児や仕事も！と、目が回っている方も多いと思います。今回の展示は、そんな大変な皆さんが少しでも楽になるヒントを取り上げます。時短や節約で、効率よく家事をこなしたい。忙しいけど、子どもの教育には手を抜きたくない。家庭がある方も一人暮らしの方も、ご自分の生活を改めて考えてみませんか？



視聴覚



第53回イブニング映画会
DVD 上映「ヴェニス商人」(125分)
2004年10月 自由劇場にて収録

シェイクスピアの痛快喜劇。
浅利慶太が今までにない悪役シャイロック像を演出。
秋の夜長、劇団四季の『ヴェニス商人』をお楽しみください。

日時：令和元年10月30日（水）
18:00 会場 18:30 上映開始
場所：中央図書館 地下2階 セミナールーム
定員：30名（当日先着順）
対象：どなたでも ※当日直接会場にお越しください
問合せ：中央図書館カウンターまたは、電話03-5340-5070にて

展示



企画展示『WELCOME! なかのZOO』

10月4日の「世界動物の日」にあわせ、「中野区ゆかりの動物」をテーマとして関連資料を展示する。

展示期間：令和元年9月28日（土）～11月20日（水）
※休館日…10月15日（火）・10月25日（金）
展示場所：中央図書館 地下1階
・正面玄関前ガラスケース
・大型図書コーナー前ガラスケース

※本誌の掲載内容・お知らせ情報は記事作成当時のものです。




そのままの……
まき
の巻



カンタンシンプル！腸活したい人のための食講座

腸を元気にするための話と健康的な食事について講演します。

日時：令和元年10月27日（日）14：00～15：30
 場所：中央図書館 地下2階 セミナールーム
 対象：一般 定員：35名（予約申込制 / 先着順）
 受付：令和元年10月13日（日）9：00より
 中央図書館カウンターまたは、電話03-5340-5070にて
 ※定員に達し次第、受付終了



のりものによってでかけよう

～電車によっていこう～


決められた場所から本を借りると、児童室の壁に貼る飾りを渡します。
 初めての方は「電車」、2回目の方は「どんぐり」の飾りです。
 みんなで飾りを貼って、楽しい児童室にしましょう！期間中、何度でも参加できます。

日時：令和元年10月17日（木）～
 11月17日（日）9：00～17：00
 場所：上高田図書館 児童室
 対象：赤ちゃんから中学生まで
 問合せ：上高田図書館カウンターまたは、
 電話03-3319-5411にて

企画展示『大人も絵本』

大人も楽しめる絵本を中心に児童書を紹介します。
 「図書館員のおすすめの本」もコメントとともに紹介します。
 おすすめ本の紹介用紙も設置しますので、ご自分のおすすめの本を多くの人に知ってもらいたいという方も、ぜひご参加ください。

日時：令和元年10月26日（土）～11月10日（日）9：00～21：00
 場所：中央図書館 児童室 児童書展示コーナー
 問合せ：中央図書館カウンターまたは、電話03-5340-5070にて



※本誌の掲載内容・お知らせ情報は記事作成当時のものです。

次号予告

編集後記

特集

- ・ 入浴法
- ・ 温泉やお風呂の本
- ・ 図書館紹介～鷺宮～

vol.40 2019年11月末日 発行予定
 ※予告の内容は変更になる場合があります

- ①今月中にスポーツライミングデビューをする予定です！筋トレも始めてみました。(Y.N)
- ②本の紹介ページに初挑戦！一時机に本が山積みになり途方にくれました。競技について学びたいし、読みものも…と欲張ってしまいました。(Su)
- ③今回の表紙はしっとりしたはぴ&びよ。普段とはまた違う2匹の姿に、秋を感じて頂けたら嬉しいです。(Y.M)

ブックカバーとして
ご利用いただけます

単行本 ↓

文庫本 ↓

文庫本 ↓

単行本 ↓

ブックカバーとして
ご利用いただけます

単行本 →

文庫本 →

← 単行本

← 文庫本



シイビブリア



中野区立中央図書館
中野区立中野二丁目9番7号
TEL 03-5340-5070



シイビブリア



中野区立鷺宮図書館
中野区立鷺宮三丁目22番5号
TEL 03-3337-1044

中野区立本町図書館
中野区立本町二丁目13番2号
TEL 03-3373-1666



シイビブリア



中野区立東中野図書館
中野区立東中野一丁目35番5号
TEL 03-3366-9581

中野区立野方図書館
中野区立野方三丁目19番5号
TEL 03-3389-0214

シイビブリア



シイビブリア

中野区立江古田図書館
中野区立江古田二丁目1番11号
TEL 03-3319-9301

中野区立南台図書館
中野区立南台三丁目26番18号
TEL 03-3380-2661



シイビブリア



中野区立上高田図書館
中野区立上高田五丁目30番15号
TEL 03-3319-5411

文庫本 →

単行本 →

← 文庫本

← 単行本



シイビブリア



ブックカバーとして
ご利用いただけます

単行本 ↑

文庫本 ↑

文庫本 ↑

単行本 ↑

ブックカバーとして
ご利用いただけます