楽しいよ！学校図書館！

２月

大阪市立東生野中学校
学校司書：日置智子

【節分には何をする！？】

今年も早、一か月が経ちます。お正月から地震や事故があり、心穏やかではいられません。被災地等を思いながら過ごす日々が続いています。皆さんは、２９年前の阪神淡路大震災は生まれていないですが、身近な震災なので是非、家族など震災を知っている人に話を聞いてみてください。日頃の備えも、忘れずに心がけたいと思います。

節分には、災厄を払う様々な行事があります。是非、やってみましょう！

【東野圭吾コーナー】～リニューアル！～

今まで回転書架を『東野圭吾コーナー』としていましたが、本校出身で人気のコーナーですので、図書館前方の書架を東野圭吾コーナーにリニューアルしています。現在、ハードカバーと文庫本を合わせて 80 冊程の著書が並んでいます。これから更に充実させるべく取り組んでいますので、楽しみにしていてください！

是非、読みに来てくださいね～！！

東野圭吾プロフィール

1958 年、大阪市生野区生まれ。小路小学校、東生野中学校出身（東生野中学校 24 期生）。大阪府立阪南高等学校を卒業後は大阪府立大学工学部電気工学科に進学。就職後は会社勤めをしながら推理小説を書く。1985 年に『放課後』で江戸川乱歩賞を受賞して作家デビュー。その後は専業作家として活動し、2006 年に『容疑者 X の献身』で直木賞を受賞。自伝的エッセイ『あの頃ぼくらはアホでした』には東生野中学校在学中のエピソードも収録されている。

《図書館に入れてほしい本のリクエスト》について

図書館では、入れてほしい本をリクエストすることができます。蔵書にできる本であれば時間はかかりますが、みんなに読んでほしい本・自分が読みたい本など希望を出してください。詳しくはカウンターで……。リクエストボックスがカウンターにあります。

《本の貸し出し・返却》について

貸し出し・返却はお昼休みのみになっています。お昼休みは予約が必要です。朝、登校したら職員室の前の申込用紙に名前を書いておきましょう！

おススメ 【あなたの背中を押してくれる伝記絵本】

『マララの
まほうのえんぴつ』
作： マララ・ユスフザイ
（ポプラ社）

『炎をきりさく風になって』
著： フランシス・ポレッティ、
クリスティーナ・イー
（汐文社）

『レインボーフラッグ
誕生物語』
作： ロブ・サンダース
（汐文社）

実話の絵本たち、勇気をもって行動することが大切だと気付かせてくれます。
しんどい時や頑張ろうと思うときに読むと励まされますよ！！
他にもたくさんあるので、読みにきてね！

今年も一番寒い季節がやってきました！
寒い中、グラウンドから聞こえてくる部活の掛け声は力強く、こちらまで元気が出てきます。この前は、雨も降って寒い中で泥だらけになっているのを見かけて胸が熱くなりました。くれぐれも、風邪をひかないように気を付けて頑張ってください。活躍を祈っています。

さて、部活をしている人も、していない人も、この季節は健康第一です。どうすれば、元気にすごせるでしょうか？

健康に必要な三要素は栄養・運動・休養といわれています。まずは栄養です。中から身体を温めるものは有効でしょう。鍋料理、キムチ鍋なんて温まりそうですね！　あとは、たっぷりの根菜類、ショウガやネギの薬味もいいですね。運動は体育・部活以外にも日ごろから体を動かすようにしましょう。休養は、体も心も休めることが大事。ゴールデンタイムにしっかり睡眠をとること、デジタルデトックスすること、一人で悩まないこと等々。これらの三要素で免疫力はかなりアップすると思います。

心と体が元気ならどんなことも乗り越えられます。

寒い冬を乗り越え、素敵な春を迎えましょう！