

# 図書館だより

**本館休館日** 10月2日(月)、10日(火)、16日(月)、  
23日(月)、27日(金)、30日(月)  
**開館時間** 平日 9時30分～18時  
休日・祝日 10時～18時  
**問い合わせ** ☎72-9085



## おすすめ図書



### 日本ご当地おやつ大全

日本懐かし大全シリーズ編集部／編 辰巳

日本各地にはその土地ならではのご当地おやつが存在します。長野県ではスーパーでもよく目にする「みずぐ飴」が有名です。見たことのない商品から今では定番となった商品まで紹介されており見ているだけでお腹が空く1冊です。



### へんてこなとりたち

アーノルド・ローベル/さく 好学社

表紙で描かれている鳥は、様々な味のアイスクリームからできている「アイスクリームクイナ」です。本書では他にもたくさんのへんてこな鳥たちが紹介されています。お気に入りの1羽を見つけてみてください。

## 図書館イベント情報

### ■図書館でティータイムを

- 日 時 10月12日(木) 10時30分～11時30分
- 場 所 図書館前庭
- 内 容 ボランティアグループ「レモングラス」の皆さんによる図書館の庭で採れたハーブも使ったハーブティーのサービスです。
- 持ち物 マイカップ

### ■公立諏訪東京理科大学出前授業講座②「宇宙を観る」

- 日 時 10月21日(土)13時30分～15時
- 場 所 茅野市図書館 2階 閲覧室
- 内 容 夜空を占める暗闇は、重力波、ダークマター、ダークエネルギーなど見えないもので満ちています。実は意外とにぎやかな宇宙のダークサイドを観てみませんか。
- 講 師 公立諏訪東京理科大学 白石希典 准教授
- 定 員 20名
- 申込方法 9月22日(金)10時～10月18日(水)まで電話または窓口にて申込み受付



であう つながる

## ひと・こと・ばしょ

～市民活動を紹介します～

vol.29

## わははの会



### 活動内容

笑いの健康体操である笑いヨガは、笑いの伝染力でどんな気分の時でも楽しく笑うことができます。毎日の生活の中で笑うことがないと感じる方に、笑い健康法をお伝えしています。

### 笑いは世界の共通言語！笑うから楽しくなるのです！

インドで始まった「笑いヨガ」は、今世界100ヶ国以上に広まり、テレビでも紹介されています。ひとりでは笑うことが出来にくいので集まって笑います。笑うと気分が変わり、毎日笑っていると心身の健康にもよい効果があります。定期的に笑っていると、笑うための筋肉が鍛えられ、ひとりでも、どんな時でも、笑いやすくなるでしょう。あなたが笑うことで周囲の方にも幸せをプレゼントできます。



「わははの会」はできたばかりの団体なので、メンバーを随時募集中です。月に2回の活動予定です。詳しくはお問い合わせください。

市民活動については市民活動センター『ゆいわーく茅野』(☎75-0633)へお問い合わせください。