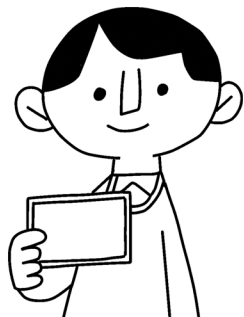


11月のカレンダー②

開館時間 9:30 - 19:00	月 1	火 2	水 3	木 4 おはなし会(う)	金 5	土 6
おはなし会	7	8	9	10 就職相談(津)	11 おはなし会(中)	12 おはなし会 カードケース
13	14	15	16	17 休館日	18	19
20	21	22	23	24 リトミック 就職相談(図)	25	26
27	28 起業経営	29	30			

折り紙で作ろう！ 図書館利用者カードケース作り



紙を折って、
図書館の利用者カードを
入れるのにピッタリの
カードケースを作りましょう！

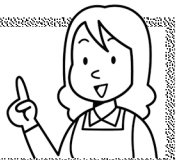


- ※ 幼児～小学生向け。
- ※ 小学3年生までは保護者同伴。
- ※ 30分くらいのイベントです。
- ※ 紙の様子は選べません。

日時：11/13(土) ①10:00 ②11:30 ③15:00 費用：100円 事前申込：必要

< 編集後記 >

行楽の秋！ コロナが落ち着いてきた今こそ、どこかへお出かけしたいですね。「いば旅あんしん割」を利用すると、県内の旅行が割引＆クーポンが貰えるそうですよ。この機会に、茨城県の魅力を味わいに行きませんか？



いたこしりつとしょかんだより「くろーぼー」

クローバー

●2021年11月号 Vol.186●

編集・発行 / 潮来市立図書館 発行日 / 2021年11月1日

Address / 〒311-2436 茨城県潮来市牛堀289 TEL / 0299-80-3311 FAX / 0299-64-5880

Mail / lib@itako.ed.jp WEB(PC) / https://lib.itako.ed.jp/

11月のテーマ

お口の健康フェスタ



歯周病は全身の健康にも影響を及ぼすといわれています。まずは毎日の歯磨きを見直してみませんか？今月はお口の健康に関する本を集めてみました。



歯周病の新常識

小西昭彦 著 阿部出版 497.2J

歯周病は歯肉の炎症に始まり進行すると骨が溶ける病気。最近になって歯周病は病原菌を標的にした抗生物質や外科治療では治らないこと、ストレスや生活習慣が大きく関わっていることがわかってきた。歯周病治療の新常識を伝える1冊。

すべての不調は口から始まる

江上一郎 著 集英社 497.9J

むし歯や歯周病などの口腔感染症が、糖尿病や肺炎、アルツハイマー型認知症、大腸がん、インフルエンザなどの疾患の誘因となることが明らかになっている。歯学的根拠に基づいた口腔セルフケア、唾液と内臓の働き、全身の健康との関連性などを詳述する。

お口の健康フェスタ

歯のメンテナンス大全

畑滋 著 飛鳥新社 497.9刺

健康は「口」からつくられる。世界標準の歯科医療は、むし歯や歯周病になってからの「治療」よりも、なる前の「予防」重視の時代へ。何歳からでも始められる歯のお手入れ・治療・予防のリアル・ガイドブック。

死ぬまで噛んで食べる

五島朋幸 著 光文社 497.9ト

「誤嚥性肺炎の原因は唾液だった」「入院しても入れ歯は外すな!」「40代から誤嚥は始まっている」...。愛にあふれる訪問歯科のカリスマ「ドクター・グ」と「口腔ケアの誤り」と「今日からできること」を伝授する。

40歳から手に入れる美しい歯と歯ならび

山崎潤子 著 すみれ書房 497.6ヤ

「いつか歯をなんとかしたい」という女性の気持ちに寄り添い、大人の歯の矯正、正しい歯磨きとケア、ホワイトニング、老後の備え等、美人をつくる歯の情報を網羅。イラスト満載の著者の矯正体験をベースとして平易に解説した1冊。

100歳まで自分の歯を残す4つの方法

齋藤博 著 木野孔司 監修 講談社 497.9ヤ

最後まで自分の歯を残そうと思ったら、できるだけ自分の歯を温存することが大切。歯科治療のアプローチが考究した画期的メソッドを公開。「歯を離せシール」(イラストレーター、ヨシタケシシケ作)と歯みがきポスターの改訂版。

世界の一流はなぜ歯に気をつかうのか

森下真紀 著 ダイヤモンド社 497.7川

「歯」は育ち、教養、品格、自己管理能力の象徴。それなのに、ちまたの歯の情報はウソだらけ。東京医科歯科大を主席卒業した名医が、人生を謳歌するために歯の正しいケア方法を伝授する。



保健室の先生がお母さんに教える小学生のための歯のはなし

渡邊真穂子 著 WAVE 出版 497.7ワ

子どもに寄り添って適切な歯をケアすることが、子どもの心を満たし、親子のつながりも深めてくれる。小学生の歯の悩みやトラブルをこの1冊で解決。「第1章 小学生の歯のリアル」から「第7章 歯のトラブル対処法」までで構成する。

歯医者が教える歯のQ&A大全

小谷航 著 クロスメディア・パブリッシング 497.3ハ

「歯の基本的な知識」から、「歯の治療法」「正しい歯磨きのしかた」「いい歯医者の選び方」など一般的な歯にまつわる知識をイラストを交えてまとめた1冊。身近な歯の疑問や気になるポイントをQ&A方式でわかりやすく解説する。

この他にもたくさんの関連書籍を集めました。

貸出中のときは予約することができます。詳しくは図書館のスタッフにお尋ねください。



11月のカレンダー ①



おはなし会

＜毎月第1日曜日と第2・4土曜日に開催＞

3歳～小学生むけのおはなし会です。たのしいお話とプレゼントを用意しています。

- 11/ 7 (日) **どんぐり**のおはなし
- 11/13 (土) **ねこ**のおはなし
- 11/27 (土) **くだもの**のおはなし



時間：14：00～14：30
場所：2階 おはなしの部屋
費用：無料 事前申込：不要

0～3歳のおはなし会

＜旧・うしほり幼稚園：毎月第1木曜日に開催＞
＜中央公民館：毎月第2金曜日に開催＞

子育て広場の時間に、小さい子向けのおはなし会を行います。

- 11/ 4 (木) **旧うしほり幼稚園**
- 11/12 (金) **中央公民館**



時間：11：30～12：00
費用：無料 事前申込：不要

起業・経営ビジネスなんでも相談会

＜毎月第4日曜日に開催＞

起業や経営、ビジネスプランについて、中小企業診断士に相談できるチャンスです！会社設立、事業計画、経営戦略など様々な課題にアドバイスします。

11/28(日)

時間：10：00～16：50
場所：コワーキングスペース
費用：無料 事前申込：必要



就職支援センター 出張相談

＜公民館：毎月第1水曜日に開催＞
＜図書館：毎月第4水曜日に開催＞

ジョブカフェろっこうの出張相談会です。月に1度、津知公民館でも開催しています。

- 11/10(水) ※第2水曜日 **津知公民館**
- 11/24(水) **図書館 第1集会室**

時間：10：00～15：00
費用：無料 事前申込：不要



11月の特集棚



今月の本棚①	お口の健康フェスタ	おすすめの本①	NHK大河ドラマ 青天を衝け
今月の本棚②	佐野洋子	おすすめの本②	映画原作・ドラマ原作
今月の本棚③	秋の夜長に詩	おすすめの本③	追悼特集
今月の本棚④	—	企画展示①	なぞときクエスト
今月の本棚⑤	—	企画展示②	いろはにならべる
児童テーマ棚	～11/12 どんぐりころころ(どんぐりのお話) 11/13～ ハッピーホリデーズ(クリスマスのお話)		