

## あけましておめでとうございます！

昨年は図書館をご利用いただきありがとうございました。

今年もみなさんに活用いただける図書館を目指しますので、どうぞよろしくお願いいたします！



### 三年生の貸出について

三学期が始まったところですが、三年生の貸出は  
1月14日(金)をもって終了します。

翌週からは返却期間とし、本の貸出はできません。

返却は、1月28日(金)までに済ませてください。

なお、返却できない場合は弁償していただくことがありますので、今月中に必ず返しましょう！

※ 紛失、破損した際には、速やかに図書館までご連絡ください。

### 今月の特集：笑いで心も体も元気

最近おもいっきり笑っていますか？「笑う門には福来る」という格言がありますが、笑うことは私たちに様々な利益をもたらしてくれます。

まず、笑いには免疫力をアップする効果があるといわれています。笑うと、がん細胞やウイルスを排除する働きを持つNK(ナチュラルキラー)細胞が活性化することが、医学実験で証明されているそうです。つまり、笑うことによってインフルエンザなどの感染症やがんを予防することができるのです。

また、笑うことによりストレスを軽減することができます。みなさんは大笑いした後、気持ちが満たされ、すっきり軽くなった経験がありませんか？笑うとセロトニン(幸せホルモン)という神経伝達物質が分泌され、精神が安定しリラックス状態に至るといわれます。

このように笑いは心身の健康に良い効果をもたらすのです。

今月は、小説やエッセイ、写真集などから、笑える本をそろえました。

感染対策を万全にすることはもちろん、こんな時代だからこそたくさん笑って、元気にこの冬を乗り越えましょう！





# 今月の新着図書

図書館カウンター前に展示中！見に来てね★

読み物・小説	実用書・調べものに
○ もどかしいほど静かなオルゴール店 瀧羽麻子著	○ 宇宙一ずぼら絶品めし だれウマ著
● 悪魔が来りて笛を吹く 横溝正史著	● 一冊でわかるイギリス史 小林照夫監修
○ ストライク・ザ・ブラッド 21, 22 三雲岳斗著	○ 3 級ガソリン・エンジン自動車整備士ズバリ一発合格問題集 大保昇編著
● ヒトコブラクダ層ぜっと 下 万城目学著	● 2 級ガソリン自動車整備士ズバリ一発合格問題集 大保昇編著
○ びっくり館の殺人 綾辻行人著	○ 季節を愉しむ手づくり石けん うた著
● 黄昏の囁き 綾辻行人著	● WE HAVE A DREAM WORLD DREAM PROJECT 編
○ オーラの発表会 綿矢りさ著	○ ドラえもんはじめての論語 君子編 安岡定子著
● いつまでもシヨパン 中山七里著	● 行動経済学 阿部誠監修
○ 闇祓 辻村深月著	○ 会社四季報業界地図 2022 年版 東洋経済新報社編
● さよならも言えないうちに 川口俊和著	● 日経業界地図 2022 年版 日本経済新聞社編
○ ようこそ実力至上主義の教室へ 2 年生編1 衣笠彰梧著	○ 安いニッポン 中藤玲著
● 魔法科高校の劣等生 30 佐島勤著	● 世界ピクト図鑑 児山啓一著
○ 予言の島 澤村伊智著	○ ニューノーマル妄想国語辞典 野澤幸司著
● 三千円の使いかた 原田ひ香著	● 図解！業界地図 2022 年版 ビジネスリサーチ・ジャパン著
	○ 時給はいつも最低賃金、これって私のせいですか？国会議員に聞いてみた。 和田静香著