



図書館だより

新着一般書

能率手帳の流儀 野口 晴巳
萩本家・母は100歳のお嬢さま 萩本 悦久
「一発合格!」勉強法 超速 太郎
忙しいパパのための子育てハッピー
アドバイス 明橋 大二
職場のメンタルヘルス・セルフチェック 山本 晴義
本むら庵直伝そば打ち入門 小張 勝彦
ぎょうも猫日和 加藤 由子
超簡単!カタカナハングル会話 金 容権
しゃばけ読本 畠中 恵
夢見る黄金地球儀 海堂 尊
迷宮のファンダンゴ 海野 碧
図書館革命 有川 浩
パーティ 山田 悠介
人間の関係 五木 寛之

新着児童書

お金のウソ? ホント? 学 研
つくってあそぶ伝承遊び集 学 研
マリと子犬の物語 桑原 真二
カンガルーママのすてきなポケット 二宮由紀子
ぴよちゃんのありがとう いりやまさとし
ケーキをじょうずにわけには? 木村 裕一

年始の休館日(全館)

1月1日(火)~3日(木)

中央図書館 / ☎42-2525

開館時間 9時30分~17時15分

休館日 13日(日)・14日(月)・24日(木)

花矢図書館 / ☎46-1557

開館時間 平日 9時~17時

土曜 9時~12時

休館日 6日(日)・13日(日)・14日(月)

20日(日)・27日(日)

比内図書館 / ☎55-1263

開館時間 9時~17時

休館日 7日(月)・14日(月)・21日(月)

28日(月)

田代図書館 / ☎54-6917

開館時間 平日 9時~19時

土日 9時~17時

休館日 7日(月)・14日(月)・21日(月)

28日(月)

市のホームページで、読み聞かせ会や新着
図書の情報など図書館情報発信中です。

今後も、市民の皆さんと地域の実情に合う方法を協議してい
きたいと思いますので、ご協力をお願いします。

●買物回数券

平日は10時から16時まで、平
日以外の日はいつでも使用で
きる回数券です。20000円
で28000円分、30000円
で42000円分の回数券です。



●ゴールドパス

70歳以上のかた限定で、高速
バス、コミュニティバス以外
の全ての路線が利用できる乗
車券です。

●ハチ公号1日乗車券

ハチ公号に1日何回乗っても
OKの乗車券で、大人1人4
00円です。

問 秋北バス(株) ☎42-3536

知ってますか?

お得なサービス!

「ハチ公号」はここまで乗っ
ても150円!

有浦東台線(東バイパス)の開
通で、市内循環バス「ハチ公号」
の経路を、秋北バスターミナル、
市立総合病院、大館駅、沼館、
片山町、東台、観音堂、大田面
を循環するように延伸し、一日
最大14便を運行しています。ど
こまで乗っても一律150円で
すので、ぜひご利用ください。

この冬、インフルエンザにご用心

問 保健センター ☎42-9055

今シーズンは、インフルエンザの発生が早くなっています。インフル
エンザは急激に症状が現れ、短期間に人から人へ感染し、時には肺炎を
合併して死に至ることもあります。

インフルエンザは、どうやってうつるの?

インフルエンザは、くしゃみ、せきの飛まつに含まれるウイルスを吸い
込んで感染します。

かぜとインフルエンザは違います

【かぜの症状】

徐々に発症し、主な症状はく
しゃみ、鼻水、鼻づまり、の
どの痛み。熱は37℃から38℃
で、悪寒はほとんど無い。

【インフルエンザの症状】

急激に発症し、主な症状は高
熱、寒気、頭痛、筋肉痛、
関節痛、せき、たん。熱は
38℃以上で、悪寒がある。

予防のための作戦

★帰宅時には「うがい」「手洗い」をしましょう

★適度の温度や湿度を保ち、室内を定期的に換気しましょう

温度は20℃、湿度は60%から70%を保ち、換気を心掛けましょう。

★睡眠、休養を十分取り、栄養のバランスの良い食事で体力を保持しま
しょう

糖質、たん白質、脂質、ビタミン、ミネラルを取りましょう。野菜た
っぷりの具たくさん鍋は家庭で簡単につくれて栄養も豊富、これから
の季節にはお勧めメニューです。

★流行期は人混みを避け、マスクをしましょう

★インフルエンザの予防接種を受けましょう

かかったかな?と思ったら、

早く治すための4つの心掛け

①安静にする ②水分を十分取る

③食事は消化が良く暖かいものを取る ④体を暖める

冬休み絵本を楽しむ会

市内高校の図書委員やALTも参加します。

とき 1月9日(水)10時30分~11時30分 中央図書館 問 中央図書館 ☎42-2525