



梅雨の季節がやってきました。雨の日が多くなり、室内で過ごす時間が長くなります。そんな時には、本を読んで静かに過ごしましょう。また、毎年6月は「食育月間」です。図書室の入口コーナーに簡単に作れるレシピ本、食材の本、郷土料理の本などを集めてみました。食に関する知識と、食を選択する力を「本」から学んで健全な食生活が送れるようにしましょう！梅雨に入ると、気持ちもどんよりとして、食欲も落ちがちです。色々な食材を使って簡単かつ栄養一杯の料理を作って、来る暑い夏に備えておきましょう！



なぜ6月は「食育月間」なの？

食育基本法が成立した月が平成 17 年 6 月であることや、学校生活や社会生活等の節目に当たる年度明けの時期で、進学や就職、転勤等の影響が少ない月が適当だということで、6月が食育月間となりました。



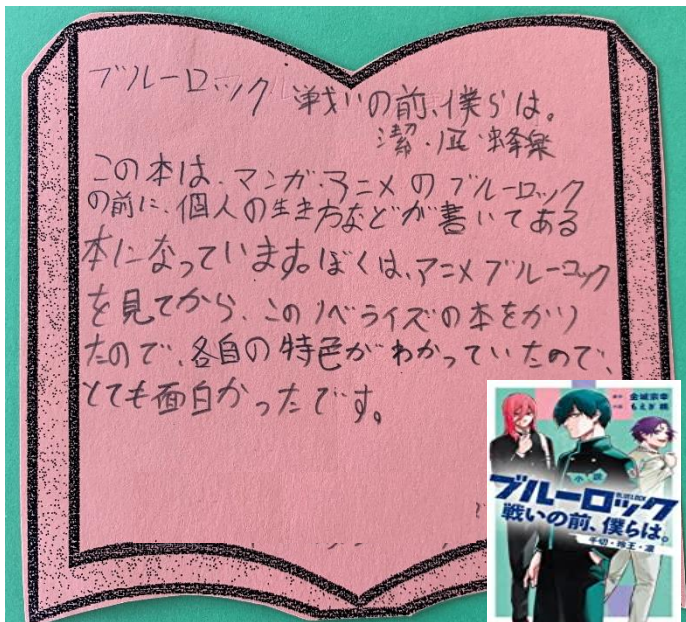
6月の学習部おすすめの本

2年 S・Kさん

『ブルーロック 戦いの前ぼくらは』

英語科 F・K 先生

『かがみの孤城』



『教えて栄養素男子』

女子栄養大学栄養クリニック監修

栄養素の特徴を擬人化した50人の【栄養素男子】たち。彼らが、自分の役割や能力を、時にやさしく、時にきびしく教えてくれるから、楽しく栄養学を学べます。管理栄養士や、保育士、看護師を目指す学生、健康に興味のある人におすすめです!



『楽しすぎて止まらない!心理テスト』中嶋真澄 著

答えるだけで「明日」が変わる!?毎日の人間関係も、自分の隠れた才能も、みるみる明らかになる50問!たとえば、ジャムのピンのふたが開かない!……こんなとき、どうする?

- A 思いっきり力を入れてみる
- B ゴムなど道具を使う
- C お湯をわかしてふたを温める
- D 誰かに頼む
- E あきらめる

この診断結果でわかるのは、あなたは「人に頼み事をするとき、どんな作戦を立てるタイプ」?



『やさしさを忘れぬうちに』 川口俊和 著

ハリウッド映像化!世界320万部ベストセラーの『コーヒーが冷めないうちにシリーズ』、第5巻!「いつか」なんて待たずに、すぐ会いに行けばよかった——。結婚を許してやれなかった父、バレンタインチョコを渡せなかった女、離婚した両親に笑顔を見せたい少年、名前のない子供を抱いた妻…止まってしまった「今」を未来へと動かすために過去に戻る、4人の男女の物語。



『青春サプリ。心が元気になる、』

5つの部活ストーリー⑨・⑩・⑪ 田中タ子 著

感動×涙。すべて実話!共感必至の青春ショート・ストーリー。1話15分程度でサクサク読めて、読後は爽快。朝読にも最適。自分が選んだ部活で、ときにはくじけそうになったりぶつかり合ったりしながら、仲間たちと一緒に目標に向かって全力で生きる中高生たちのリアルな姿は、まぶしくて感動的。



『超筋トレが最強のソリューションである』

久保孝史 著

自分が嫌い、疲れやすい、太り始めた、気分が病み気味…etc 人生の99%の悩みは筋トレとプロテインで解決します。科学的にみて本当です。Twitterフォロワー45万人のマッチョ社長と現役のスポーツ科学研究者がタッグを組み、筋トレ=最強のソリューションを最新の科学的エビデンスで実証します! 山田先生からのオススメ!



『怪物 だーれだ』

佐野晶 著

“怪物”とは一体だれなのか。その正体とは…!?日本を代表するストーリーテラー・坂元裕二(脚本)と映像作家・是枝裕和(監督)が初めてタッグを組んで描いた圧巻の人間ドラマ、映画『怪物』。劇場公開されます。それにあわせて、完全ノベライズ版が登場。坂元×是枝の“物語”を存分に小説で味わうことができます。



『俺の残機を投下します』

山田悠介 著

2030年、横浜。家族を捨てて、世界一のプロゲーマーを目指す一輝。それでも最近成績が振るわず、徐々に心も荒んでいく。そんなとき、悩める一輝の前に謎の三人組が現れた。当初、不審に思い避けていた一輝だったが、彼らの命を賭けた切実な想いが、少しずつ一輝の凍った心を溶かしていく。



『ざしき童子のはなし』 宮沢賢治著

宮沢賢治の絵本シリーズです。夢だかなんだかわからない。けれどもきっと本当だ。…こんなのがざしき童子です。語り部が語り伝えるように書かれた4つのざしき童子のお話。不思議でどこか淋しい雰囲気画面から伝わってきます。光と影の表現が美しく、繊細なタッチで描かれた子どものかわいらしい表情や情景。すうっと、物語の世界へ引きこまれていきます。

