



う ら 通 信

コミュニティプラザ深草図書館



令和7年
9月1日発行

第229号

9月のテーマ展示は… からだにいいことです！

暦の上では秋とはいえ、まだまだ残暑がきびしい季節。夏の疲れも出始めて、身心のバランスも乱れがちになっていませんか？ 今月は、心や体の健康やライフスタイルに関する本、旅行やスポーツの本など、心も含めて、からだにいいことへのお役立ちの本を集めました。



『秋の七草』

七草といえば、「春の七草」を連想される方が多いのではないのでしょうか？ 春の七草は、1月7日に七草粥を食べて1年の無病息災を祈り、またお正月料理で疲れた胃腸を休めるものとして、現在もその風習が続いています。

一方、秋の七草は鑑賞重視。野山に咲く美しい花を觀賞し、季節を感じて楽しむことが目的です。では、その七草の名前をあなたはいくつ言えますか？

きっと全部言える方は少ないのではないのでしょうか？

それが何と語呂合わせで覚える方法があるそうです。 「おすきなふくは？（お好きな服は?）」です。



〈ふじばかま〉

「お」＝おみなえし 「す」＝すすき（おばな） 「き」＝ききょう 「な」＝なでしこ
「ふ」＝ふじばかま 「く」＝くず 「は」＝はぎ

現在は、身近な所で秋の七草を見かけるのは難しくなりつつありますが、昔はお月見をする時にススキだけでなく他の七草も飾っていたそうです。秋の七草で季節を感じながら、涼しく過ごしやすい秋の夜長を楽しむのもいいのではないのでしょうか。四季の移り変わりが愛でられる日本、素敵ですね。

自殺予防月間 展示：9月3日～28日「きょういのちほっとブック」

食育に関わって 展示：9月3日～28日「減塩」

世界アルツハイマーデー 展示：9月7日～28日「認知症にやさしい本あつめました」

9月13日(土) ベビーバンブークラブ 11時15分～11時45分 対象：0歳～3歳

内容：紙芝居『おつきみのはら』 パネルシアター「ねないこだれだ」他

9月20日(土) 開館22周年記念お楽しみ会 14時～15時 対象：小学校低学年まで

内容：大型紙芝居『あなの中のライオン』 大型絵本『つきよのくじら』
パネルシアター「さるかに合戦」 工作「がんばれカニさん」をつくろう

予告：10月11日(土) ベビーバンブークラブ 11時15分～11時45分 対象：0歳～3歳

内容：パネルシアター「とんぼのめがね」 大型絵本『あめのひのえんそく』他

予告：10月25日(土) ブチ吹奏楽演奏会 11時～11時40分〈小学生以上100名程度〉

内容：京都教育大学吹奏楽部による演奏、当館職員による楽器の本等の紹介
場所：深草小学校体育館（当日は、深草図書館側深草小学校北門よりお入りください。）
申し込み：9月20日（土）より直接深草図書館カウンターに、もしくは電話にて事前受付開始

