

気まま司書の部屋

子どもの頃から、よく食べ、よく寝て、よく遊ぶ私。大人になっ
てからはこの「食う・寝る・遊ぶ」に磨きがかかってきたよ
うに感じる今日この頃です。今回はそんな私の「食う・寝る・遊
ぶ」について少しお話をしたいと思います。

まずは大好きな「食う」について。一人暮らしを始めてもうす
ぐ1年。母の手料理のありがたさに気が付きつつ、台所で食材と
奮闘する日々です。そもそも私の料理スキルは小中学校の家庭科
レベルで止まっており“作る”よりも“おいしく食べる”が私の
専門分野。自他ともに「生きていけるのか」と不安になるほどで
したが、毎日おいしいものを食べたくて少し料理に挑戦中です。

次は「寝る」について。お休み前日の夜は気が付くと深夜です。
不思議なことがあるものですね。さらに寒い時期は足先が冷たく
てなかなか寝付けず困っていました。白湯や湯たんぽなどいろ
いろ試した中でも習慣づいてきているのが就寝前のストレッチ。体
が程よくぽかぽかして寝付きやすくなりました。寝るのも大好き
なのでさらにぐっすり眠れるよう、今後も自分に合う快眠方法を
探していこうと思います。

最後は「遊ぶ」について。私にとっての遊ぶは、企画展や展覧
会巡り、御朱印集めが大部分を占めています。特に神社仏閣を巡
ると、自然と姿勢が良くなり気持ちがシャキッとする気がします。
目的地を決めておくのも良いですが、何も決めずに出発するの
もおすすめです。目的地までのんびり歩いたり、たまたま見つけた
お店にふらっと入ってみたりとお散歩としての楽しさも深まりま
すよ。

私の「食う・寝る・遊ぶ」はいかがでしたか？気ままに動くこ
との多い私ですが、食、睡眠、余暇の過ごし方は、体にも心にも
直結することだと思います。みなさんもその時々のご自身と相談
して、無理せず楽しく過ごしてくださいね。（O）

おすすめ本

- 『初めてでもズボラでもおいしくできる自炊のきほん』
主婦の友社／編 主婦の友社 巣鴨・中央所蔵
- 『働く人尾疲れをリセットする快眠アイデア大全』
菅原洋平／著 翔泳社 巣鴨・千早所蔵
- 『御朱印でめぐる関東の神社』
『地球の歩き方』編集室／著
ダイヤモンド・ビッグ社 巣鴨・目白所蔵

3月の行事

日	月	火	水	木	金	土
		ヒンメリ ワーク ショップ				1
2	3	4	5	6	7	8
新刊 お話会	休館					
9	10	11	12	13	14	15
新刊						
16	17	18	19	20	21	22
新刊 お話会		赤ちゃん お話会				
23	24	25	26	27	28	29
新刊 お話会					休館	
30	31		がもがも ちいさな映画会 11時～11時半			
新刊 お話会						

- <日曜> 新刊本を出します。
新刊コーナーにご注目！
毎週11時から、幼児から
小学生低学年向けのお話会が
あります。
- <火曜> 第3火曜日11時から、
赤ちゃん向けお話会
があります。

編集後記

2024年度最後のすがもらいぶら
り、お楽しみいただけましたでし
ょうか？
ただいま、次年度企画も、皆で検
討しています。お楽しみに！（M）

すがもらいぶらり

2025年3月号(3月1日巣鴨図書館発行)

気づけば年度末となりました。今年度のすがもらいぶら
りでは、豊島区立図書館を1年かけて紹介しました。巣鴨図
書館の図書館員にとっても、各館のご紹介をする中で色々
な発見がありました。上池袋図書館はしばらく休館となり
ますが、新しい図書館となり利用者の皆様にお披露目でき
る日が来るのが楽しみです。

最終回の今回は目白図書館です。もし気になるポイント
があれば是非足を運んでみてください。

来年度も内容を工夫しながらすがもらいぶらりを発行し
て参ります。次号は5月1日発行の予定です。

（館長）



この新聞が発行される3月1日に、絵本作家齋藤
槇先生をお招きして、ヒンメリを作るワークショッ
プを実施する予定です。
ヒンメリは、北欧では、クリスマスの前に飾られ
「幸せを呼ぶ」と言われています。
皆で作ったヒンメリは、3月27日まで地下ギャ
ラリーに展示しますので、図書館にいらしたら、地
下まで足を運び、幸せを持ち帰ってください！

じぞうさんぽ 【突撃！ としまの図書館】

今年度の、「じぞうさんぽ」は、知っているようで知らない地元「豊島区の図書館」をめぐるります。
第7回目は、「目白図書館」です。

<見どころ目白押しな図書館>

目白図書館は、昭和56年に開館、平成20年にリニューアルされました。行き方は、最寄りである椎名町駅から徒歩5分のルートと目白駅から徒歩20分のルートなどがあります。

図書館入り口の外壁には、右から左へ「猿人からヒト」の横顔を模ったデザイン¹⁾が施されています。壁に刻まれた人類の進化は、歴史とともに発展し多くの資料を保管している図書館にぴったりですね。また、ソーラパネル²⁾を用いての発電が行われており、外のパネルと1階エレベーター横の掲示板から発電力を見ることができます。訪れる際は図書館に入る前にぜひ足を止めてチェックしてみてください。

図書館に入ってすぐの1階スペースで目に入るのは、突き当たりの壁にある「mejiro lib art space」と題された特集スペース³⁾。私が訪れた1月末には、様々な美しい写真が展示されていました。どれも素敵な作品でてっきりプロの方の作品かと思いきや、なんと利用者の方々の方作！写真を募集して展示するこの企画「みんなの写真展」は現在3回目とのこと。地域と図書館をつなげるべく行われているとおり、近くにある目白庭園など地元の方には馴染みのありそうな自然豊かで美しくあたたかい写真が多い印象を受けました。また、参加された方には景品として『自分の作品でつくられた栞』が用意されているそうです。現物の写真しかり、自分の作品が手元に残るとより愛着が湧きますよね。毎月テーマの変わる俳句ポストなども行われています。企画や景品はその都度変わりますが、次の企画も楽しみです！

入り口から入って左手には「『赤い鳥』関連資料コーナー」⁴⁾が並んでいます。『赤い鳥』とは、大正から昭和初期に鈴木三重吉が創刊した童話と童謡の児童雑誌です。また、地下には『赤い鳥』の資料を収集した赤い鳥資料室があります。

角にある児童スペース⁵⁾では、正方形の「琉球畳」がかわいらしく温かい空間として出迎えてくれます。解放的でありながら落ち着いた雰囲気なので、ぜひ利用してみてください。

2階には、YAコーナー⁶⁾、小説、総記の本など。YA優先席があるので、小説の棚に囲まれながら読書を楽しんだり調べものに集中することができます。また、小説の棚とは別に「文学賞コーナー」⁷⁾があります。国内だけでなく国外の文学賞作品もまとめられているので、その棚でしか得られない新たな本との出逢いが待っているかもしれません。

周辺地域から外観、館内の特集など広く細かなところまで魅力のつまった目白図書館へ足を運んでみませんか？(S)



1) 入口外壁のデザイン



2) ソーラーパネルと
発電力数の掲示板

3) 第3回「みんなの写真展」



4) 「赤い鳥」
関連資料
コーナー

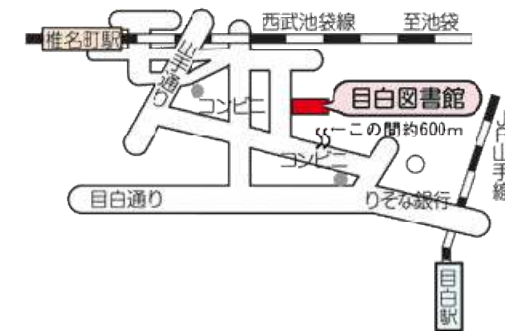


閉館音楽



♪ ぼくの伯父さん
♪ スウィング・バッハ
♪ この道

♪ シンコペーテッド・クロック
♪ ソング・オブ・ライフ



▲目白図書館キャラクター
ムッシュ・メジロ



5) 児童コーナー



6) YAコーナー



7) 文学賞コーナー

目白図書館を楽しむお供に

『〈赤い鳥〉をつくった鈴木三重吉』
鈴木三重吉/著 小島政二郎
『坪田譲治ともうひとつの「びわの実学校」』
岡野薫子/著
『新しい写真の常識あなたの写真は全部、正解』
わたなべりょう/著
『目白庭園』
新建築社/編集・撮影