

# おひさま通信

117号

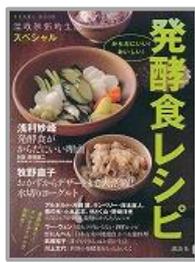
～朝倉市あさくら図書館の情報誌～  
2月の中央展示

## 発酵で健康!

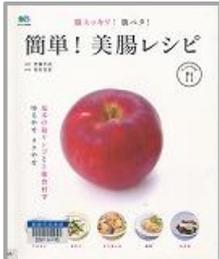
12月・1月と美味しいものをついつい食べ過ぎてしまった、それに冬は運動不足になりがち……。そんなあなた、体内環境を整えることから始めませんか?さまざま発酵食品の本集めました。



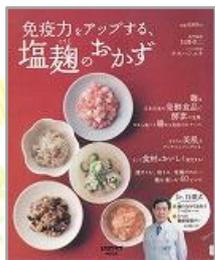
『体が元気になる 乳酸菌の摂り方』  
阿久澤 良造/監修



『発酵食レシピ』  
講談社



『簡単!美腸レシピ』  
齋藤 早苗/監修



『免疫力をアップする、塩麹のおかず』  
白澤 卓二/医学監修



『マルコメの糎レシピ』  
マルコメ株式会社/監修

2017年2月

## 2月のイベント

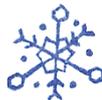


### ●あかちゃんおはなし会

日時: 2月 4日(土) 11:00～  
対象: あかちゃん(0～1歳)と保護者  
場所: おはなしコーナー

### ●みんなのおはなし会

日時: 2月 11日、18日、25日(土)  
11:00～  
対象: 幼児から小学生  
場所: おはなしコーナー



## あさくら図書館 カレンダー 2がつ

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4 あかちゃんおはなし会
5	6	7 休館日	8	9	10	11 みんなのおはなし会
12	13	14 休館日	15	16	17	18 みんなのおはなし会
19	20	21 休館日	22	23 館内整理日	24	25 みんなのおはなし会
26	27	28 休館日				

## 2がつのおすすめ



### かみしばい

「2がつ22にちまねこのひ」

「おしょうさまには、おいづんおせわになつたにや。なにかおんがえしをしないといけなにいにや。うん、おんがえし、おんがえし...」  
さて、たまはいったいどんなおんがえしをかんがえたのでしょうか?ココろあたたまのおはなしです。

### 『まねきねこのたま』

キム ファン/脚本 野村 たかあき/絵

毎月23日は  
「朝倉市子ども  
読書の日」



©竹宮 恵子  
子ども読書推進キャラクター

お問合せは、朝倉市あさくら図書館へ  
住所: 朝倉市宮野1997  
TEL: 0946-52-3434