



わたしの一冊



わたしの一冊は皆さまからのおすすめの本を紹介するコーナーです！
今回は『リーベ』さんからのご投稿を紹介し
ます。

※紹介文はいただいた原文のまま掲載しています。

「食べてはいけない」「食べていい」添加物

●渡辺雄二／著 ●大和書房 ●ISBN：978-4-479-78586-6

人生100年時代と言われる中で、日本の高齢化社会における医療費の問題は、高齢者の増加に伴い医療費が増大し、社会保障費の負担が増加する点です。私たちにできることは健康寿命を延ばす為に食生活を改善することだと思いました。現在はSNSで食品添加物の安全性に関する情報収集ができますが、この本では食品に起因する健康への悪影響のリスクを科学的に評価し、視覚的にわかりやすいのでお勧めです。



『リーベ』さん、ありがとうございました。

各図書館に原稿用紙を配置しておりますので、みなさんもぜひご投稿ください。心よりお待ちしております。



トーヨーカネツ × アルバルク東京

展示開催決定!!

場所 豊洲図書館10階フロア

期間 3月20日(金) ▶ 4月16日(木)

トーヨーカネツ株式会社様の
寄付金を活用して購入した本や、
アルバルク東京の選手がおすすめ
する本の展示を行います。

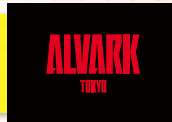
トーヨーカネツ
タンくん



トーヨーカネツ
ブツリュー



過去の展示の様子



アルバルク東京
ルーク



開館日・休館日のお知らせ

令和8年 1月							2月							3月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14	8	9	10	11	12	13	14
11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21	15	16	17	18	19	20	21
18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28	22	23	24	25	26	27	28
25	26	27	28	29	30	31								29	30	31				

● 全館休館日 ● 古石場・砂町図書館は休館となります。 ● 有明こども図書館は休館となります。
● 〇 枝川図書サービスコーナーは休館となります。

特別整理期間(1月～3月)

図書館名	期 間
深川図書館	1月20日(火)～1月23日(金)
東陽図書館	2月 4日(水)～2月 6日(金)
有明こども図書館	2月17日(火)～2月19日(木)

最新情報は、江東区立図書館ホーム
ページをご確認ください。

江東区立図書館HP▶



これまでに発行したことらひぶ(バックナンバー)は、江東区立図書館ホームページでご覧いただけます。

江東区立図書館情報誌



KOTO City In TOKYO
スポーツと人情が熱いまち 江東区



発行：江東図書館

<https://www.koto-lib.tokyo.jp> 電話 03-3640-3151 FAX 03-3615-6668

【2026 冬】Vol.37

ワークショップ・意見交流会を 行いました!



現在、図書館の計画である江東区立図書館ビジョンを策定しています。
区民の皆さんの意見を反映するために、ワークショップ・意見交流会を行いました。



ワークショップ

～これからの図書館を考える～



18
歳
以上



小学
3
年
生
～
6
年
生

主な意見

- 人と交流ができる図書館がいい。
- こどもも大人も過ごしやすい空間にしてほしい。

意見交流会

～中学生の皆さんに聞きました～



主な意見

- AIが読書をサポートしてほしい。
- 本の場所を教えてくれるロボットがほしい。

貴重なご意見、ありがとうございました!

図書館のお仕事

～一般・高齢者サービス編～

図書館では一般・高齢者向けのサービスを行っています。今回は、その一部をご紹介します！

イベント



寝たきり防止ストレッチ&脳トレ講座

健康センターのご協力により、高齢者向けの健康講座を実施しています。



江東図書館

大人のための名作朗読会

朗読サークル「かざぐるま」による朗読会を行っています。

当日の演目は、芥川龍之介「魔術」・内海隆一郎「30%の幸せ」より「芋ようかん」・山本周五郎「日本婦道記」より「蜜柑畑」の3本でした。



初心者向けスマホ講座

講師からスマートフォンの文字入力や操作方法の説明を受け、疑問点を質問するなど基本的な操作方法を学びました。「わかることが増えた」とのお声もいただきました。



東陽図書館

豊洲図書館

江東区立図書館では、さまざまな講座や朗読会など工夫を凝らした楽しいイベントを開催しています。ぜひ、ご参加ください！

高校生におすすめの本を更新しました

図書館員が選んだ「高校生におすすめの本」を図書館ホームページで更新しました。

勉強の合間に読書を楽しみたい人、将来の進路や生き方のヒントを探している人にぴったりの本を紹介しています。

新しい一冊との出会いを、ぜひ図書館ホームページで見つけてみてください。



江東区立図書館

おはなし会特集

★おはなし会のご案内★

江東区立図書館では読み聞かせボランティアさんによる「おはなし会」を実施しています。楽しい手遊びやわらべうた、絵本の読み聞かせなどを行っていますよ！ぜひ、お越しください。

図書館	対象	曜日	開始時間
江 東 ※	幼児・小学生	毎週水曜日(第5水曜日は映画会)	15:00
	小学生	毎週土曜日・第4日曜日	15:30
深 川 ※	幼児・小学生	毎週水曜日・第2・4土曜日 (第5水曜日は映画会)	15:00
東 陽	幼児・小学生	毎 週 水 曜 日	15:00
	赤ちゃん・幼児・小学生	毎 週 日 曜 日	10:30
豊 洲	幼児・小学生	毎 週 水 曜 日	15:30
東 雲 ※	幼児・小学生	毎 週 水 曜 日	15:00
古 石 場 ※	幼児・小学生	毎 週 水 曜 日	15:30
城 東	幼児・小学生	毎 週 水 曜 日	15:00
亀 戸	幼児・小学生	毎 週 水 曜 日	15:00
砂 町	幼児・小学生	毎 週 水 曜 日	15:00
東 大 島	幼児・小学生	毎週水曜日・不定期で日曜日	15:00 ※2026年4月から 15:30
こどもプラザ	幼児・小学生	毎 週 水 曜 日	15:00
有明こども	幼児・小学生	毎 週 水 曜 日	15:30

※祝日・休日にあたるおはなし会はお休みになります。

★よむよむさん★

よむよむさんとは…自分の好きな絵本や紙芝居を選び、読み聞かせボランティアさんに読んでもらうことができるサービスです。



よむよむさん実施一覧

亀戸図書館	どなたでも	毎週土曜日	10:00～11:30
こどもプラザ 図書館	どなたでも	第1・3土曜日	10:30～11:30



日時・会場・内容については、変更される場合がございます。各館お知らせページのカレンダーや館内掲示をご確認ください。