

# おしらせ

4月から、おはなし会のスタート時間が変わります！  
15：30からはじまるよ。みんな来てね！

東大島図書館 幼児・小学生 おはなし会  
毎週、水曜日 不定期、日曜日  
4月から 15:30~16:00 おはなし室にて  
日曜のおはなし会も15：30からです。  
次回は 5/17 7/19 開催予定！

赤ちゃんおはなし会もやっています！

東大島図書館 あかちゃんおはなし会  
第2、第4木曜日 11:00~11:30 おはなし室にて  
ママさんも、パパさんもあかちゃんとゆつくり過ごしませんか

## 4月～7月の展示予定

東大島図書館には、常設で7つの展示コーナーがあります。  
ぜひ、新たな本との出会いをお楽しみください！  
※展示場所により、展示を入れ替えるタイミングが異なります。

	4月～5月	5月～6月	6月～7月
メイン	児童向け 東大島図書館で 水チャレ！	からだ整う料理	児童向け 夏休みの準備特集
健康棚	食事は栄養バランスが 大切！	HIVを知る 検査を受けましょう	脳トレで衰え知らず
一般	衣替え・収納 新生活メンタルヘルス 自分をいたわる	夏に向けて 今年も本屋大賞が 決まりました！	男女共同参画週間 資格を取ろう
YA	新生活メンタルヘルス 心を軽くする。	作ってみよう (手芸・工作・文章)	英米文学との出会い
児童	きみも名探偵！ 図書館からの挑戦状	からだを動かそう 外遊び	水とあそび！
	ぼうけんに しゅっぱーつ！	おべんとうもって ピクニック	おてんきの本

# 今後の予定

5月

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

6月

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

7月

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

中学生 ★学習室…月・木・金・土・日曜日の13時～19時。

※イベント等がある日を除く。

小学生 ★水チャレ…毎週水曜日は水チャレスタッフが調べ学習をサポートします！

- …休館日
- …おはなし会（15時30分～）
- …イベント
- …赤ちゃんおはなし会（11時～）

イベントの詳細は、HPや館内掲示をご確認ください。

## 5月のイベント

### シニア

5月24日（日）  
『楽しく参加  
フレイル予防 ボードゲーム』

## 6月のイベント

### シニア

6月16日（火）  
『健康おはなし会～運動～』

### 一般

6月20日（土）  
大人向けの『お金の教室』

### 子ども

6月28日（日）  
『季節のお楽しみ会  
たなばた』

※6月のイベントの詳細は  
5月以降にご案内します。

## 7月のイベント

### 子ども

7月11日（土）  
小学生向け  
『夏休み応援イベント①』

7月25日（土）  
小学生向け  
『夏休み応援イベント②』

### 一般

7月20日（月・祝）  
『気軽に現代俳句②』  
※7月のイベントの詳細は  
6月以降にご案内します。

### 中高生

夏の子ども向けイベント  
ボランティア募集！  
詳細はホームページを  
ご確認ください。

東大島図書館からの図書館情報  
4月25日（土）発行  
島びより 2026 vol.1  
Spring

## 本紹介

- ・今回ご紹介するテーマは  
「旅行・冒険」です！！

## カワシマびより

- ・東大島図書館新館長からのごあいさつ

## THE 健康!!

- ・健康は日々の生活から

## 4月までのイベント報告

- ・4月までのイベント報告
- ・“Challenge Wednesday”の取組み  
お知らせ

- ・水曜・日曜おはなし会の時間変更
- ・4～7月の展示予定

## 今後の予定（5月～7月）

江東区立東大島図書館

指定管理者：TRC 株式会社  
図書館流通センター

江東区大島9-4-2-101

TEL：03(3681)4646 FAX：03(3681)4810

HP：https://www.koto-lib.tokyo.jp/

区立図書館HP

X(旧Twitter)



# 本紹介

## テーマ：旅行・冒険

### 一般

『日本の絶景パレット』  
 編著：永岡書店編集部  
 出版社：永岡書店  
 出版年：2025  
 請求記号：G1  
 ISBN:978-4-522-44137-4



『すごい銭湯100』  
 出版社：イカロス出版  
 出版年：2024  
 請求記号：G1  
 ISBN:978-4-8022-1476-6

『ミトンとふびん』  
 著：吉本ばなな  
 出版社：新潮社  
 出版年：2021  
 請求記号：33  
 ISBN:978-4-10-383412-0



『旅する日曜美術館 北海道・東北・関東・甲信越・北陸』  
 著：NHK「日曜美術館」制作班/編  
 出版社：NHK出版  
 出版年：2020  
 請求号：702  
 ISBN:978-4-14-081736-0

### 児童・中高生

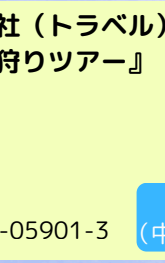
『おさんぽ』  
 著：前田まゆみ / さく・え  
 出版社：主婦の友社  
 出版年：2020  
 請求記号：EBマ  
 ISBN:978-4-07-441827-5



小学生 (低学年)

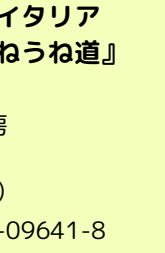
『まるごとちきゅうレストラン』  
 編：チョーヒカル  
 出版社：PHP研究所  
 出版年：2025  
 請求記号：Eチ  
 ISBN:978-4-569-88203-1

『トラブル旅行社 砂漠のフルーツ狩りツアー』  
 著：廣嶋玲子  
 出版社：金の星社  
 出版年：2020  
 請求記号：99t  
 ISBN:978-4-323-05901-3



小学生 (中・高学年)

『キミの一步 夢につながるうねうね道』  
 著：佐藤まどか  
 出版社：あかね書房  
 出版年：2025  
 請求記号：372(YA)  
 ISBN:978-4-251-09641-8



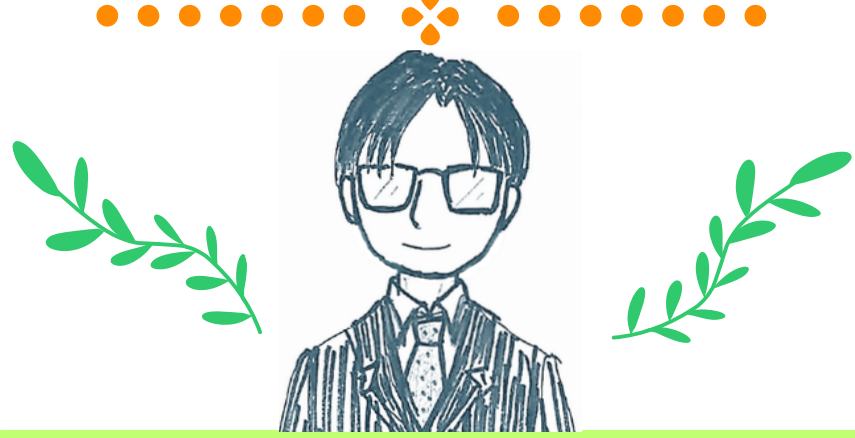
中高生

記載してる「請求記号」は東大島図書館所蔵資料のものです。他館資料とは異なる場合があります。

# カワシマひより

## 東大島図書館に 新館長が就任しました

4月より新しく東大島図書館の館長になりました井出(いで)と申します。皆様にとってより一層の親しみを持っていただける図書館づくりをしていきたいと思っております。皆様のご意見やご要望など、お待ちしております。



## THE 健康!! 健康は日々の生活から

30代後半～40代になると1年に1%前後の筋肉が落ちるといわれています。さらには、脳から筋肉へ指令を送るスピードも少しづつ落ちていき瞬間的な動きが出来なくなってきます。転びそうになった時、とっさに足を出して耐える事が出来ず転倒してしまうのは、そういった衰えがあるためです。筋力や瞬発力の衰えは生活習慣の影響も大きいです。

「座っている時間が増える」  
 「運動量が減っている」  
 「睡眠や食事の質が落ちる」  
 こうした日々の積み重ねが身体能力の低下を加速させます。

- 改善方法
- ・筋トレの習慣化
  - ・階段を積極的に使う
  - ・栄養バランスの良い食事
  - ・十分な睡眠

日常生活を見直して、いつまでも健康で若々しい体を維持しましょう。



参考資料：健康長寿の人が毎日やっている筋肉にいいこと\_大野優介/著

# 4月までのイベント報告

### 一般向けイベント

1月24日『スペシャリストに学ぶ睡眠のヒント』  
 パラマウントベット株式会社の方から睡眠について学び、ショールーム見学もさせていただきました。



2月22日『クーピーを使った大人の塗り絵教室』  
 今回は“梅”を題材に、クーピーを使って大人の塗り絵に取り組みました！立体的に見えるようになる色の重ね方や影の付け方を教えて頂きました。皆さん真剣に取り組んでいました。



3月8日『大人の朗読会』  
 『千代紙』や『黄色いスカーフ』など、作品への秋元先生の思いをうかがい、人物を演じ分けるすてきな朗読に皆さんひきこまれていました。



### シニア向けイベント

2月8日『気軽に楽しむ俳句教室』  
 前日からの雪が積もるも、寒さに負けず和気藹々とした楽しい句会となりました。



### 子ども向けイベント

2月28日『ぬいぐるみおとまり会』  
 ぬいぐるみたちにオリジナル名札を作ったら、その日はみんなでおとまりです。どんな夢を見ていたのかは参加者さんだけが知ってるよね。



### 中高生向けイベント

4月5日『デコパージュ講座』  
 絵柄のついた紙を切り取り、バッグを装飾するデコパージュを体験しました。



## Challenge Wednesday

東大島図書館では読書・調べ学習を支援しています！

江東区\*Challenge Wednesdayの取り組み  
 江東区では水曜日の5校時以降の時間、学校ではなく一人ひとりが自分の課題に合わせてチャレンジする時間を「Challenge Wednesday」と設定しています。

区立小学校・中学校  
 児童・生徒のみなさま

## 東大島図書館 水チャレ



児童、生徒がChallenge Wednesdayに行く取り組みの一つ「図書館での読書・調べ学習」の支援企画として、「水チャレ（水曜日調べ学習チャレンジサポーター）」を行っています。児童室に調べ学習ミニシート、テーマをくじで引く「ハテナボックス」などで調べ学習をサポート。

- じどうしつに水チャレ支援スタッフがいます（17時まで）調べ方や本の探し方をフォロー！！
- 完成したシートは持ち帰りOK！学校への提出などにお使いください。くわしくはHPをチェック！

