



図書館だより

高山市図書館報 第208号

発行:2025年11月 発行元:高山市図書館 指定管理者 株式会社図書館流通センター



図書館で調べものをする方法や、図書館のレファレンスサービスについて紹介します。

No.79 世界遺産について調べるには？

世界遺産とは、ユネスコが定めた「顕著な普遍的価値」を有する自然や生態系保存地域、記念建造物、遺跡のことです。世界遺産を通して、世界中のさまざまな文化や風習などを知り、違いを認めあうことで世界の平和につなげていきたいという理念があります。

11月3日は文化の日です。世界と日本の文化を学び、次世代へと伝えていきたいですね。

『キッズペディア世界遺産』改訂新版 小学館 2021年 R709キ

大きな文字と分かりやすい説明が特徴の子ども向け事典です。カラー写真や図解、豆知識も豊富で、大人も楽しめる内容です。マークや見開きのタイトルなどキッズペディアならではの使いやすい工夫がしてあります。

『世界遺産大事典』上・中・下 世界遺産アカデミー／監修 世界遺産検定事務局／著

世界遺産アカデミー／世界遺産検定事務局 2024年 709セ(1,2,3)

世界遺産検定事務局による全3巻の大事典です。上巻は基礎知識と日本、中巻はアジア・アフリカ・アメリカ、下巻はヨーロッパとオセアニアの世界遺産について書かれています。とてもくわしい解説をカラー写真とともに読むことができます。

『世界でいちばん素敵な世界遺産の教室』片岡 英夫／監修 三才ブックス 2021年・2025年(日本編) 709セ

タイトル通り素敵なお写真が満載のクイズ形式の本です。上で紹介した事典で知識を深めたあとに、クイズに挑戦するのはもちろん、先に本書で写真やクイズを楽しみ、興味を持った世界遺産を事典で調べてみるのもおすすめです。2021年出版のものと2025年出版の日本編の2冊があります。



第8回上映会のご案内です。

くわしくは館内設置のポスター・チラシをごらんください。

上映会のお問い合わせは煥章館までお願いいたします。



『ぼけますから、よろしくお願ひします。おかえりお母さん』

上映会

2022年 日本 101分 信友 直子／監督・撮影・語り

ひとり娘の「私」は、前作完成後も広島県呉市に暮らす90代の両親を撮り続けた。2018年。98歳の父は家事全般を取り仕切れるまでになり日々奮闘している。その一方で、母の認知症はさらに進行し、脳梗塞を発症したことで入院生活が始まり…。前作★『ぼけますから、よろしくお願ひします。』で始まった介護生活のその後を描いたドキュメンタリー作品です。



11月11日(火)

日時

午前の部 午前10時～上映終了まで
午後の部 午後2時～上映終了まで
※同じ作品を2回上映

会場

煥章館1階 生涯学習ホール

定員

各回50名 ※当日先着順 20分前開場

★11月4日(火)に、前作をアンコール上映します。詳細は中面をごらんください。(単独でも楽しめます)

参加費

無料

申込

不要



日程や内容は変更される場合があります。
くわしい内容は館内設置のチラシやポスター、図書館ホームページ、各種SNSなどで
お知らせしておりますのでそちらをごらんください。

みんなの健康シリーズ

第8回 「これからも元気に過ごすための食事 ～健診結果と食を考える～」

【テーマ】「生活習慣病予防と食」

講師:高山市役所 健康推進課 管理栄養士

健診結果と食のつながりを知り、元気に過ごすための食事の内容や、とり方について考えてみませんか。

【日時】11月19日(水) 午後7時～8時

【場所】煥章館1階 生涯学習ホール

【持ち物】健診結果(なくても参加可能)

【受付方法】直接来館、電話、またはフォーム↓

【定員】40名 ※参加無料

【受付期間】受付中

※定員に達し次第締め切り



クリスマスミニツリー教室

世界でひとつだけのオリジナルミニツリーをつくって
みませんか？

講師:田邊 美幸 氏(「フラワーハウスしもで」専務)

【日時】11月30日(日)

①午前10時～ ②午後1時30分～

※所要時間 約1時間～1時間半



【場所】煥章館1階 生涯学習ホール

【受付方法】直接来館、電話

【定員】各回15組(1組2名まで)※申込先着順
おひとりでも参加可(小学4年生以上に限る)

【対象】4才～大人まで

(4才～小学3年生は1名につき保護者1名同伴)

【参加費】1,000円(材料費)※当日支払い

【受付期間】受付中～11月20日(木)まで

※定員に達し次第締め切り

アンコール上映会

『ぼけますから、よろしくお願いします。』

2018年 日本 102分 信友 直子／監督・撮影・語り

【日時】11月4日(火) 午後2時～上映終了まで

【場所】煥章館1階 生涯学習ホール

【定員】50名 ※申込不要 当日先着順 20分前開場

ドキュメンタリー制作に携わる「私」は、乳がんによる人生最大の危機を母の助けて乗り越える。それをきっかけに父と母の記録を撮り始めるが、「私」は少しずつ母の変化に気づいてゆく…。

認知症の患者を抱えた家族の内側を、娘の視点から丹念に描いたドキュメンタリー作品です。



薬膳は季節や体の調子に合わせて食材を組み合わせる、東洋医学の考えに基づいた食事です。薬膳の本にふれて日常に取り入れてみませんか。



『お茶でかんたん 飲む薬膳』

植木 もも子／著

家の光協会

2024年

498.5円



緑茶をはじめとした色々なお茶に食材を1つプラスする“飲む薬膳”を提案する本。緑茶にレモン、コーヒーにココアなどの意外な組み合わせがすてきなティーカップと共に紹介されていて、目でも楽しめます。



『“なんとなく不調”と上手につき合うためのセルフケア』

木村 容子／著

NHK出版

2024年

490.9円



頭痛やイライラなどの“なんとなく不調”を5つの体質に分け、タイプ別おすすめ薬膳を紹介しています。不調をやわらげるツボや、漢方薬の基礎知識等も紹介。自分に合うセルフケアを探してみてはいかがでしょうか。

※掲載されている表紙画像はすべて掲載許可取得済みです。

new!

新着資料 案内

手づくりを楽しむ



ついスマホばかり見てしまいそうな秋の夜長。その時間を活用できる料理や手芸の本はいかがですか？生活に必要なものが簡単に買えて、家まで届く今の世の中ですが、自分好みの料理や小物などを完成させたときの満足感は特別かも！気分転換や手先の運動、頭の体操にもなりますよ。



『「使い切る」ソーイングと暮らし』

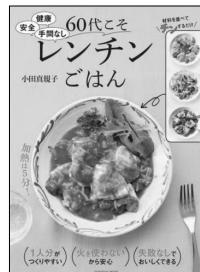
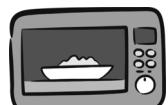
美濃羽 まゆみ／著
主婦と生活社
2025年
593.3ミ



手縫いでも作れる服と小物のレシピ、町家暮らしの収納や食材の使い切りのコツ、さらに、循環する暮らしの工夫を20のエッセイで紹介します。拡大コピーして使う型紙付き。

『60代こそレンチンごはん』

小田 真規子／著
扶桑社
2025年
596才



電子レンジなら火を使わないから安心！1人分がつくりやすい！シニアに向けて、少ない食材・調味料をチンするだけのレシピや、肉・魚・野菜のおかず、ごはんと麺のレンチンレシピを紹介します。



『米粉の万能生地』

石澤 清美／著
Gakken
2025年
596.3イ



具を載せて焼けばピッタリ。タネを包んで焼けば餃子に。米粉で作る万能生地を紹介。焼く、揚げる、蒸すといった調理法別に、ガレットや揚げワンタン、たらこパスタ、いか焼売などのレシピも収録する。



『メルカドバッグ風 バッグ図鑑』

古木 明美／著
日本ヴォーグ社
2025年
754.6フ



幾何学模様、花や植物、動物など、さまざまなモチーフが使われているカラフルなバッグ、メルカドバッグ。手に入りやすいPPバンドを用いたメルカドバッグ風バッグの作り方を紹介します。

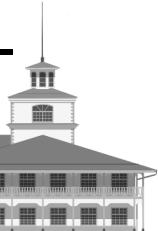
タイトル	著者	出版社	出版年	請求記号
笹餅おばあちゃんの手でつくる暮らし	桑田 ミサオ／著	扶桑社	2025年	590.4ク
ハギレ使いのアイデア帖		ブティック社	2025年	594ハ
あしたのニット	野口 智子／著	文化学園文化出版局	2025年	594.3ノ
笠原将弘のまた食べなくなるおそうざい	笠原 将弘／著	マガジンハウス	2025年	596カ
まとめて作って、当日ラクチン！冷凍作りおき	ほりえ さちこ／著	池田書店	2025年	596ホ
まいにち食べたい！生姜レシピ	森島 土紀子／著	永岡書店	2025年	596モ



※掲載されている表紙画像はすべて掲載許可済みです。※紹介文はTRC MARCより。

2025年 11月

煥章館カレンダー



日	月	火	水	木	金	土
					1	
2	3 文化の日	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23 勤労感謝の日	24 振替休日	25	26	27	28	29
30	11月は12月に蔵書点検があるため休まず開館します					

2025年 12月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
蔵書点検のため休館						
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30 休館日	12/31 ~ 1/3 年末年始休館日			

★…駐車場特定日（夕方5時前は有料）

⌚…本のリサイクル

編集後記

- 本の表紙を見やすく並べる仕事があるので、その本が貸出されるとかなり嬉しいです。
- 11/11の上映会の映画の信友さんのお父さんをずっと応援しています。いつまでもお元気でいてほしい。
- スポーツ心臓や腎臓の数値など、筋トレのせいで毎年健康診断にひっかかってます…。

高山市図書館

指定管理者 株式会社図書館流通センター 〒112-8632 東京都文京区大塚3丁目1番1号 電話 03(3943)2221 FAX 03(3943)8441

貸出点数 1人につき10点まで 貸出期間 2週間 開館時間 午前9時30分～午後9時30分
休館日 月末図書整理日（土日祝にあたる時はその前日）、特別整理日、年末年始（12月31日～1月3日）

煥章館 〒506-0838 高山市馬場町2丁目115番地 電話 0577(32)3096 FAX 0577(32)3098 メール library@library.takayama.gifu.jp 駐車場 市営空町駐車場をご利用下さい。 ※2時間まで無料です。駐車券を受付にお持ち下さい。 アクセス JR高山駅より徒歩15分 中心市街地バス「まちなみバス」「煥章館」下車 ホームページ https://www.library.takayama.gifu.jp	分館 丹生川分館 0577(78)1111 朝日分館 0577(55)3311 清見分館 0577(68)2211 高根分館 0577(59)2211 荘川分館 05769(2)2211 国府分館 0577(72)3111 一之宮分館 0577(53)0035 上宝分館 0578(86)2111 久々野分館 0577(52)3112