



## おならは健康のバロメーター



天高く馬肥ゆる秋。暑さもやわらぎ食欲も増し増し。  
しかし我々人間は、食べたものをすべて吸収することはできないわけで、必ず体外に排出するものがあります。う〇ちはトイレでするからいいとして、場所を選べないのが“おなら”。

おならの成分

食べ物とともにのみこんだ空気  
70%

血液中のガス 20%  
分解時のガス 10%

おならのなにが困るって、臭いですな。  
臭うか臭わないかの決め手は、食べ物の分解時にでるガス。肉などのタンパク質やニンニクなど臭い成分を含むものを食べると、臭いガス。逆に食物繊維などを含む野菜は臭くないガスがでる。つまり、自分のおならが臭いのは、それだけ野菜不足ということ。  
自分の食生活、見直してください。

参考文献『これってどうちがうの!?③自然や科学のちがひ』フレーベル館



### イエローラベルって、なあに？

図書館のたたみスペース横のコーナーに行ったことはありますか？そこには、中学生以上、大人未満の方々にオススメしたい本が並べてあります。本の背表紙のラベルは“黄色”。ややサブカルチャー的、でも実は人生で役に立つ本もちらほらあったりして・・・。  
ぜひ手にとってみてね★

### ■■■ 編集後記 ■■■

上記の参考文献におならの音を小さくする方法がのっていました。左右のおしりを引っ張っておしりの穴を広げるといふもの。空気の通り道を大きくして、振動によって音がでるのをおさえようという訳です。しかしながらこの方法、うっかりすると別の物が出てきそう…。まずは家でやってみて。

編集・発行：鹿島市民図書館 TEL0954-63-4343

図書館HP <http://www.library.city.kashima.saga.jp/>

# YELLOW LABEL

イエローラベル通信  
autumn

鹿島市民図書館 2017.9.14発行 vol.66



## ◇新着本◇



### 『ナイスキャッチ!』

横沢彰：作 新日本出版社

美術部に所属する中学1年生のころ。グラウンドのベンチでスケッチをしていたら、野球のボールが飛んできた！思わず両手でキャッチすると、部員の足りない野球部から勧誘されて…。新しい野球ストーリーが始まる！



### 『15歳、ぬけがら』

栗沢まり：著 講談社

母子家庭で育つ中学3年生の麻美は、「いちばんボロい」といわれる市営住宅に住んでいる。心療内科に通う母は寝ているだけで、食事は給食が頼り。夏休み、仲間が非行に手を染めるなか、麻美は学習支援塾「まなび〜」に会う。「まなび〜」が与えてくれたのは、おいしいごはん、頼りになる大人だった。

## ◇新着本◇



『忍物語』

西尾維新:著 講談社

直江津高校で女子生徒が相次いで失踪する事件が発生した。ミイラ化した状態で発見された少女たちの首筋には特徴的な傷痕があって…。大学1年生になった阿良々木暦は、犯人を突き止めるべく走り出す！

〈物語〉シリーズモンスターシーズン、開幕！

『ときめき百人一首』

小池昌代:著 河出書房新社

恋する気持ち、人生の深淵、四季折々の感動。ドラマチックな名歌それぞれに詩を付けて紹介。さらに歌をどう読むかを解説し、出典歌集、わかりにくいことばの説明も掲載。味わうための百人一首入門。



『14歳からの天文学』

福江純:著 日本評論社

アポロは月に行っていないってホント？宇宙人はどこに？著者の中学エピソードや好きなSF、アニメに脱線しながら、天文・宇宙の世界へ。“14歳”を意識した、天文学の入門書。センス・オブ・ワンダー（不思議を思う気持ち）を持っている方に読んでほしい一冊。



ヤングコーナーに新着本は毎週届いています。  
こちらに紹介している本以外もあるので、  
のぞいてみてくださいネ！



紹介本の情報の全部もしくは一部の複製(コピー)を禁止します。  
本の表紙掲載は、出版社の許諾を得ています。

## 蔵書点検

## システム更新

のため**休館**します

9/15(金)～9/29(金)

全ての本のチェックや設備点検、  
ホームページのリニューアルを行います。  
長期の休館でご迷惑をお掛けしますが、  
ご理解とご協力をお願いします。



期間中は図書館のホームページを

利用することができません。

### 本の返却

本のポスト(エイブル正面玄関右手)に入れてください。

### CD・ビデオ・DVD・雑誌・紙芝居・大型絵本の返却

壊れる恐れがあるため本のポストには入れないでください。  
9/30(土)以降に返却カウンターに返してください。

### インターネット予約

予約確保の連絡は9/30(土)以降となります。