

ブックス BOOKS

町図書館
☎33-0215

休館日 / 2日(月)・9日(月)・17日(火)・23日(月)・30日(月)

7月

おすすめの本

「雲の果」
あさの あつこ / 著 光文社

心に虚空を抱える同心・木暮信次郎と、深い闇を抱える商人・遠野屋清之介。殺された女と焼けた帯、病死した男と遺された帯。謎めいた帯の奇妙な繋がりが、因縁の男達を突き動かす！

「わたしの本の空白は」
近藤 史恵 / 著 角川春樹事務所

目覚めたら、自分の名前も家族のこともわからなくなっていたわたし。生活環境にも夫だという人にも違和感が拭えない中、胸が痛くなるほどに好きだと思える人と出会い……。長篇サスペンス。

「この世界のしくみ」
河野哲也他 / 著 毎日新聞出版

子供の素朴な問いに5人の哲学者が向き合い、答えへの扉を開く。身近な問いを通じて「考える力」が身につく子供の哲学入門書、第2弾。

「ようかいごっこ」
おくはら ゆめ / 作 こぐま社

妖怪の事ならなんでも知っている「ようかいはかせ」のところに妖怪たちがしりとり対決にやってくる……。NHK Eテレ「おかあさんといっしょ」で人気のうたを基にした絵本。

★ 行事 (図書館)

● 発射台付き紙飛行機づくり
日時 7月14日(土) 14時30分～
指導 児童館職員
参加費 無料

● 楽しい読み聞かせ
日時 毎週土曜日14時～
第2・3・4日曜日14時～
担当 第2土曜日(7月14日) たねごんどん、養老小学校
第2土曜日以外の毎週土曜日
たねごんどん

● 赤ちゃんとあそぼう！
赤ちゃんと一緒に読み聞かせや手あそびして、あそびましょう。※日程が変更になりました。

● 小学生図書館司書体験
夏休みに図書館での仕事を体験しよう。
日時 7月25日(水)、26日(木) 午前の部、午後の部
対象 小学3～6年生
定員 各部2人
申込期限 7月21日(土)

● わくわく科学実験教室
不思議な科学のマジックを体験しよう！理科工作もあります。
日時 8月4日(土) 9時30分～
対象 小学生(低学年の方は保護者同伴)
定員 30人(先着順)
申込期限 8月1日(水)

● 開館時間の延長
図書館の開館時間を延長します。
期間 6月21日(木)～8月23日(木) 9時～19時



今月の料理 食生活改善推進協議会

〈副菜〉切り干し大根煮(パッククッキング)

ポリ袋に食材を入れて湯せんで火を通す調理法をパッククッキングといいます。ガスや水道、電気などのライフラインが使えなくなっても、カセットコンロ、鍋、水、ポリ袋を準備すれば簡単な食事を作って食べることができます。少量から作れますので、ひとり暮らしの方にもおすすめの方法です。

作り方

- ① 切り干し大根はさっと洗う。にんじんは、せん切り、さつま揚げは短冊切りにする。
- ② ポリ袋に材料を入れ、全体をなじませ、空気をぬいてポリ袋の上部を結ぶ。
- ③ 沸騰した鍋に入れて約30分加熱し、取り出す。器に盛る。

材料(1人分)

- 切り干し大根 …… 10g 砂糖 …… 小さじ1
にんじん …… 20g しょうゆ …… 小さじ1
さつま揚げ …… 1/2枚 水 …… 60cc
だしのもと …… 少々

● 1人分栄養量

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	食塩相当量
95kcal	5.0g	1.0g	72mg	1.5g