

ブックス BOOKS

9月

町図書館

☎33-0215

休館日 / 3日(月)～7日(金)・10日(月)・18日(火)・25日(火)・28日(金)

おすすめの本

「下町ロケット3コースト」

池井戸潤／著 小学館

ロケットエンジン用バルブシステムの納入先の業績悪化、主要取引先からの非情な通告…窮地に陥った佃製作所で、社長・佃が下した意外な決断とは―

「はつごう」

畠中恵／著 新潮社

前世の若だんなに会ったってえ!? 自称「若だんな」の生まれ変わり! という死神が3人も長崎屋に乗り込んできた! 一太郎に何が? 「しゃばけ」シリーズ第17弾。

「ネット依存ゲーム依存がよくわかる本」

樋口進／監修 講談社

ネット依存・ゲーム依存の問題が深刻化する一方で、診断ガイドラインができ、確かな診断・治療も少しずつ整備されている。いま目立っている症例と最新のガイドラインおよび治療法を紹介。

「養老線電車回顧」

清水武／著 ネコ・パブリッシング

桑名市から大垣市を経て揖斐郡揖斐川町を結ぶ「養老線」。養老線を走った揖斐川電気・養老電気鉄道など、その歴史を振り返る。車両などの写真も掲載。

「十年屋」

廣嶋玲子／著 静山社

捨てられないもの、捨てたくないものを10年間、魔法で預かる「十年屋」。対価は寿命1年…。「銭天堂」の著者による、心あたたまる物語。

「ふねのとしよかん」

うしつとむ／作 文研出版

初めて「ふねのとしよかん」に乗った、ねずみの男の子。ふねの中は、本がいっぱい。雨が降ってきて、扉を閉めると、船の中は真っ暗に。すると船長さんが本当にあったというお話を聞かせてくれて…

★行事 (図書館)

● プラ板キーホルダーづくり

日時 9月15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(9月8日) 上多度小学校、養老こども園
第3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。
日時 9月26日(水) 10時30分～
対象 赤ちゃんとご家族

● 臨時休館のお知らせ

蔵書点検のため、左記期間臨時休館します。休館中は本の貸出や閲覧などは出来ませんが、本の返却は返却ボックスでできますのでご利用ください。
休館期間 9月3日(月)～9月7日(金)



今月の料理 食生活改善推進協議会

〈主菜〉2種のチーズタッカルビ

焼き肉のたれで味付けをした肉や野菜をとろとろチーズにからめて食べます。野菜がたっぷり入れるメニューです。フライパンでも作ることができますが、ホットプレートで家族そろって楽しみながら食べるのが、おすすめです。

作り方

- ① 玉ねぎ、にんじんは短冊切り、にらは3cm長さ、鶏もも肉は一口大に切る。
- ② 保存袋などに①と焼き肉のたれを入れ、袋の外からもみこむようにして下味をつけ、冷蔵庫に20分入れて味をなじませる。
- ③ キャベツは一口大のざく切りにする。
- ④ ホットプレートにごま油を熱し、②を入れて炒め合わせる。肉に火が通ったら、キャベツを加えてさっと混ぜ合わせ、タッカルビを作り、両端に寄せる。
- ⑤ チェダーチーズとピザ用チーズをホットプレートの真ん中にのせる。
- ⑥ チーズが溶けてきたら、タッカルビにからめていただく。

材料(4人分)

チェダーチーズ(スライス)・5枚 にんじん …… 1/2本
ピザ用チーズ …… 140g キャベツ …… 1/4個
鶏もも肉 …… 200g 焼き肉のたれ …… 大さじ4
玉ねぎ …… 1個 ごま油 …… 大さじ1
にら …… 1/2束

● 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
387kcal	22.5g	23.6g	314mg	2.5g