

ブックス  
**BOOKS**

11月

町図書館  
☎33-0215

休館日/ 5日(月)・12日(月)・19日(月)・  
26日(月)・30日(金)

おすすめの本

「宴の前」

堂場瞬一／著 集英社

4期連続で当選し、今期限りでの引退を決めた現職県知事の後継者が選挙告示前に急死。後継候補を巡る争いに、突然名乗りを上げたオリンピックメダリスト、地元フィクサーや知事のスキヤンダルを追う記者の思惑が交錯する。

「ムウムウー」

阿川佐和子／著 KADOKAWA

結婚10年目に離婚し、実家に戻った香子。フードコーディネーターとしての新たな人生を歩み出した矢先、母・琴子に認知症の症状が…。笑いと希望の介護小説。

「全国旅をしてでも行きたい街の本屋さん」

出版 G.B.

北海道から沖縄まで、全国で出会った新刊書店・古書店・ブックカフェなどを、取り扱う商品やドリンクメニュー、イベントなどの情報とともに紹介します。

「スマホに負けない子育てのススメ」

諸富祥彦／著 主婦の友社

今の子どもたちの生活とスマホは、切っても切れない関係にある。スマホをうまく「使いこなす」人になが子を育てるには。スマホのルール作りからトラブル解決、スマホに負けない子育ての秘訣までを具体的に示す。

「稲妻で時をこえろ!」

小森香折／作 文研出版

学校の校庭に雷が落ちて、瞬は過去の学校へタイムスリップした。そこで、瞬はお父さんの同級生で、行方不明になっていた美月と出会う。美月を救え! 過去をさまたげ少年少女がくりひろげるタイムファンタジー。

「どんぐりむらのいちねんかん」

なかや みわ／作 学研プラス

4月のお花見、9月のお月見…。1月から12月まで、四季折々のど

んぐりたちの暮らしや行事を描く、どんぐりむら歳時記。

「びっくり! 変な名前の生き物」

学研プラス

変な名前にもわけがある! 写真を見ながら、生き物の名前を覚えてみよう。ジンメンカメムシ、ヤブレガサ、オジサンなど、55の変な名前の生き物を写真とクイズで紹介する。

★行事 (図書館)

●ホバークラフトづくり

日時 11月17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1土曜日(11月3日)  
上多度こども園、きくまる  
第1土曜日以外の毎週土曜日  
たねどん

●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 11月27日(火) 10時30分  
対象 赤ちゃんとご家族



今月の料理 食生活改善推進協議会

〈副菜〉パプリカとツナのマリネ

作ったマリネは、冷蔵庫で4日ほど保存できます。その時、マリネ液を少し水気を切って、保存するのがポイントです。ツナ缶は、ノンオイルでもオイルタイプでも作れますが、オイルタイプを使う場合、オリーブ油の量を少し減らしましょう。

作り方

- ① パプリカは細切りにして1分ほどゆで、ざるにあげる。玉ねぎはできるだけ薄く切る。耐熱容器に玉ねぎと少量の水を入れて電子レンジで1～2分加熱し、水気をきり、さましておく。
- ② ボウルに①、ツナ缶、Aを入れて和え、20分ほどおく。余分な水けを軽く切って、器に盛る。

材料(4人分)

パプリカ(赤)	1/2個	A	酢	大さじ2
パプリカ(黄)	1/2個		オリーブ油	大さじ1/2
玉ねぎ	1/2個		砂糖	大さじ1/2
ツナ缶	小1缶		塩	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
86kcal	3.6g	5.5g	9mg	0.4g