

ブックス BOOKS

6月

町図書館 ☎ 33-0215

休館日/ 3日(月)・10日(月)・17日(月)・
24日(月)・28日(金)

おすすめの本

「ブルー」

葉真中 顕 / 著 光文社

怒り、悲しみ、絶望。なぜ殺人鬼が生まれたのか？平成30年間の文化・風俗を俯瞰しながら、児童虐待、子供の貧困、外国人の低賃金労働など、格差社会が生んだ闇に迫るクライムノベル。

「白昼夢の森の少女」

恒川 光太郎 / 著 KADOKAWA

人間の身体を侵食していく植物。それが町を覆い尽くしたその先とは…美しくも残酷、自由にして哀しい白昼夢。彩りに満ちた10の短編を収録。

「水族館びあ 2019」

ぴあ

読者アンケートを基に20の水族館をフロアマップ付きで徹底ガイドするほか、5つのキーワードから読み解く水族館ナビ、水族館のお仕事、エリア別全国水族館ガイドなどを収録。

「鬼遊び」

廣嶋 玲子 / 作 小峰書店

知らない子どもがそばにいる、知っている子どもが消えている…鬼を呼び寄せてしまった子どもたちに訪れる「静かな恐怖」を描く連作短編集。

「おーい、こちら灯台」

ソフィー・ブラッコール / 作 評論社

小さな島の灯台に、新しい灯台守がやってきた。レンズを磨ぎ、油をつぎ足し、遠くの海まで光を送る。船を安全に導くために…。灯台での暮らしを情感ゆたかに描く絵本。

「ミッション・トラ・レスキュー」

モトシロウ / 著 ハーパーコリンズ・ジャパン

みんなが知っているトラ。でも野生に生きているのはたった四十頭。トラの生きた、直面している危機について紹介し、トラのレスキューの

★行事 (図書館)

ために何ができるのかを考える本。

●万華鏡をつくらう

日時 6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(6/8)
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 6月18日(火) 10時30分〜
対象 赤ちゃんとご家族

●読み聞かせ講座の開催

読み聞かせの基礎や絵本の選び方など学んでみませんか？

日時 6月27日(木) 10時〜
講師 越高 一夫

定員 20人

申込期限 6月25日(火)

●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22日(土)〜8月23日(金)
時間 9時〜19時

今月の料理

食生活改善推進協議会



<主菜> あじぎょうざ

あじは包丁で細かくたたくので、ていねいに小骨はとる必要はありません。あじの代わりにいわしでも作ることができます。魚の臭みがなく、骨も気にならないため、魚が苦手なお子さんにおすすめです。

作り方

- あじは包丁で細かくたたく。
- キャベツはみじん切りにして、塩ひとつまみでもみ、10分ほどおいて水気をしぼる。ねぎはみじん切りにする。
- ボウルに①、②、しょうが、Aを入れてよく混ぜる。20等分にして、それぞれをぎょうざの皮の中央に棒状になるように置く。皮の手前と向こうが重なるように包み、重なった部分に水をつけ、とめる。
- フライパンにサラダ油を薄くひき、中火で熱する。ぎょうざの皮が重なっている側を下にして並べて、底がこんがり色づくまで約1分焼く。裏返して、もう片方もこんがり焼き色がつくまで焼いたら、少量の水を加えてふたをし、弱めの中火で約3分蒸し焼きにする。
- ふたを取り、強火にして水気を完全に飛ばし、最後にごま油を加えてカリッと焼く。器に盛りつけたら、小口切りにしたねぎを散らし、混ぜ合わせたBを添える。

材料(4人分)

| | |
|--------------------|---------------|
| あじ(3枚おろし).....200g | 酒.....大さじ1 |
| キャベツ.....2枚 | しょうゆ.....小さじ2 |
| 塩.....ひとつまみ | ごま油.....小さじ2 |
| ねぎ.....1/3本 | しょうゆ.....小さじ1 |
| しょうがすりおろし...1かけ分 | 酢.....小さじ1 |
| ぎょうざの皮.....20枚 | ゆずこしょう.....少々 |
| サラダ油.....小さじ2 | |
| ごま油.....小さじ1 | |

●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 |
|---------|-------|------|-------|-------|
| 196kcal | 13.6g | 5.8g | 60mg | 1.4g |

