みんなの図書館

茨城町立図書館
☎ 029−240−7131
ホームページ
https://www.lib.t-ibaraki.jp

図書館カレンダー
11月の休館日は、1日(日)、2日(月)、9日(月)、16日(月)、19日(木)、22日(日)、23日(月・祝)、30日(月) です。

おすすめ新着本

新刊1



黒鳥　Black　Swan
（横関　大 著）

怖いなあ、ほんま女は怖い。真っ黒い闇を覗き込んでるみたいや。
瀬戸内海の小さな島で暮らす遥奈は「シンデレラ日記」をつけていた。いつかファーストレディーになるためにー。夢を叶えるためだったら、どんなことにも手を染めた。たとえそれが犯罪であってもー。
白ブタと呼ばれた少女は島を飛び出し美しい女性へと華麗なる変身を遂げるが。
衝撃のラストに戦慄する圧巻のサスペンス長編。

新刊2



ギャルにひかれて寺マルシェ
（宮島　未奈 著）

亡き父親の酒屋を継いだ30歳の英介。悪友・光司に誘われ、子どものころに近所の陵泉寺に埋めた高価なポケモンカードを掘り起こすことに。
寺を訪れると、ギャルメイクで法話を行う、元同級生の真実子を見つける。かつての優等生の面影のない姿に呆気にとられる英介の傍ら、光司は＜ギャル僧＞として売り出して金儲けすることを思いつき一！？
読めばかならず元気がもらえる、大人の青春小説！

イベント情報

おはなし会（毎月第2、4土曜日）
11月14日(土)　午後2時～2時30分
11月28日(土)　午前11時～11時30分

絵本となかよし（毎月第2、4木曜日）
11月12日(木)　午前10時30分～11時
11月26日(木)　午前10時30分～11時

誠文堂新光社寄贈本の紹介

○純喫茶とあまいもの　東京編
○ぬいぐるみのクオッカちゃん
○そのまま作れば必ずおいしい　はじめての本格インドカレー教室
○パリの美術散歩ノート
○アンダリヤソフトで編む　小さなバッグとポーチ
○BIOSTORY　vol.45



11月12日(木)の1歳6か月児健診の受診者にセカンドブックの注文チケットをプレゼント！
名前入りで､楽しい仕掛けがあるオリジナル絵本を作ってみませんか。



11月30日(月)までにお申し込みください。

◆新刊・新着本のご案内

新刊続々



その犬をください
（逢坂　冬馬 著）



ホテルナイトホークス
（小路　幸也 著）



春までのセンセイ
（早見　和真 著）



ひなたの中継点
（森山　世衣 著）



金曜日のビストロジュン
（山口　恵以子 著）



空港と旅客機のお仕事完全ガイド
（鈴木　喜生 編著）



パンどろぼうとさすらいラーメン
（柴田　ケイコ 作）



あらゆるものがおくりもの
（パトリック・マクドネル 著）



あなたのママになって
（スザンナ・シェーン 文）



どんぐりむらのおいしゃさん
（なかや　みわ さく）

健康レシピ

健康をめざしたレシピのご紹介♪

健康テーマ「学校給食の人気レシピ」



「給食で食べた料理を家でも作ってほしい！」…そんなことを、お子さんから言われるご家庭もあるかもしれません。今月は学校給食で人気のレシピを紹介します。
ぜひご家庭でもお試しください。

給食のりっちゃんサラダ

［材料］大人２人分 ＋ 小学生２人分

	キャベツ	110ｇ
	きゅうり	35ｇ
	にんじん	45ｇ
	ハム	30ｇ
	ホールコーン缶	25ｇ
	塩昆布	7ｇ
	かつお節	4.5ｇ
A	酢	小さじ1
A	サラダ油	小さじ2
A	塩	少々
A	トマトピューレ	6ｇ
A	上白糖	小さじ1強

〈作り方〉
① キャベツは１㎝幅のざく切り、きゅうりは半月切り、にんじんは千切り、ハムは短冊切りにする。ホールコーン缶はザルにあけて水気を切っておく。
② 鍋にお湯を沸かし、キャベツときゅうり、にんじんをゆでる。ゆで上がったら、水にさらし、水気をきる。
③ ボウルにＡの調味料を合わせる。
④ 材料すべてとＡの調味料を入れて混ぜ合わせる。

ポイント　トマト味のドレッシングと塩昆布、かつお節で、野菜をよりおいしく食べることができます。

栄養成分(小学生1人分)
エネルギー　47kcal
塩　　分　0.4g

「りっちゃんサラダ」とは…

小学校１年生の国語の教科書に掲載されている『サラダでげんき』というお話に出てくるサラダです。主人公のりっちゃんが病気のお母さんのために、動物たちと協力しておいしいサラダを作ります。
学校給食では、お話に出てくる材料を使用し、栄養たっぷりのサラダに仕上げています。小学校１年生で学習しますが、どの学年においても人気のあるレシピです。

check
町ホームページには、これまでの健康レシピを掲載しています。
ぜひご覧ください。
【問合せ先】健康増進課
☎ 029−240−7134(直通)

