

市立図書館イベントのお知らせ

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止になる場合があります。
詳しくは図書館ホームページなどでご確認ください。

◆市立図書館

「第2回 くすのき読書会—なに読みよんな?」

心動かされた本を、みんなで共有しませんか?
テーマの中から紹介したい図書館の本を選び、紹介し合います。

〈今回紹介する本のテーマ〉

- ①思い出の絵本
- ②心に残る言葉
- ③思わず泣けた本

日時 6月19日(土) 14:00~15:30

場所 研修室

対象 中学生以上 定員8人
(要申込・定員になり次第受付終了)

申込 6月1日(火)から受付開始

おはなし会のお知らせ

ひとつのおはなしをみんなで共有する楽しさを
お届けします!

おはなし会に参加するとスタンプがたまり、プレゼントが
もらえる「おはなし会ポイントカード」を今年も実施しています。

はじめての参加もお待ちしています♪

市立図書館

おはなし会「こそあど」

日時 6月12日(土)、26日(土) 11:00~11:30

赤ちゃんのおはなし会「どんぐり」

日時 6月17日(木) 10:30~11:00

引田図書室

おはなし会「たんぽぽ」

日時 6月20日(日) 10:30~11:30

引田図書室 臨時休館のお知らせ

図書整理作業のため、休館します。期間中、返却ポストで図書の返却はできますが、閲覧や貸出はできません。

期間 6月23日(水)~27日(日)

みんなの図書館

市立図書館
TEL 25-0696

時(平日) 9:00~19:00

(土日祝) 9:00~17:00

休 月曜(祝日の場合翌日)
月末・年末年始

今月の特集コーナー

◆市立図書館

「さあ、野菜を食べよう!」

6月は食育月間です。図書館では、保健課と共催で、野菜への理解を深める本の特集を行います。野菜の育て方やレシピ本、野菜が出てくる楽しい絵本まで、野菜を食べるのが楽しくなる本の特集します!

その調理、実は損している!?

保存法や調理法を変えるだけで上手に栄養を摂取できる!野菜の栄養知識も学べるお助け本です!

おすすめの1冊



『その調理、9割の栄養捨ててます!』
東京慈恵会医科大学附属病院 栄養部/監修、世界文化社

◆引田図書室

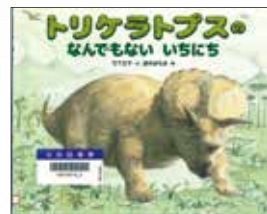
「知りたい!古生物特集」

羽毛が生えていた!?!と話題になった恐竜。

子どもの頃、誰しもあこがれを抱いたことがあるのではないのでしょうか。

今見てもかっこいい恐竜や古生物の本を集集します。

おすすめの1冊



『トリケラトプスのなんでもないいちにち』
竹下文子/文、鈴木まもる/絵、偕成社

トリケラトプスは、草を食べながらこんな1日を送っていたのかも知れない!ずっとずう~と昔に生きた、恐竜たちに出会える絵本です。

引田図書室 TEL33-5551

時(平日) 9:00~18:00 (休) 火曜(祝日の場合翌日)
(土日祝) 9:00~17:00 年末年始

交流プラザ図書コーナー TEL26-1224

時 9:00~17:00 (休) 年末年始
臨時休館あり

歴史民俗資料館図書コーナー TEL33-2030

時 9:00~17:00 (休) 火曜(祝日の場合翌日)
年末年始

ベジチャレ☆レシピ

~1日に5皿は野菜料理を食べましょう~

じゃこピー

今回紹介するピーマンを使ったレシピは、6月15日(火)に市内小中学校・幼稚園・保育園・こども園の給食で一斉に提供を予定しています。

ピーマンは子どもたちの苦手野菜の代表格。でも、味付けや切り方、調理法を工夫することで、特有の苦みや青臭さが和らぎ、パクパク食べることができます。このレシピは、幼児期の子どもたちにも大好評です!!

また、今月は「食育月間」。子どもたちの給食の様子を尋ねていただき、ぜひ食卓の話題のひとつにしてくださいね♥

今月の野菜



ピーマン

とっても時短+簡単野菜料理♪



【作り方】

- ① ピーマンは半分に切り、種を除いて千切りにする。
- ② しらたきは短く切り、熱湯でゆでて水切りする。
- ③ フライパンにゴマ油を入れ、①と②を炒める。
- ④ ③にちりめんじゃこ★を加えてサックリ炒める。

1人分の栄養価

エネルギー量38kcal
塩分 0.8g

【材料】2人分

ピーマン	2個
しらたき	小半袋
ちりめんじゃこ	10g
ゴマ油	小さじ1/2
濃口しょう油	小さじ1
みりん	小さじ1
★砂糖	小さじ1/2
ショウガ汁	少々
水	大さじ1