

図書館へ行こう

本は、市内の図書館・図書室でも貸出・返却できます。

おすすめの
新刊

『海のぶかぶか』

写真/高久 至
文/寒竹 孝子
出版社/アリス館

海の中をただよって、浮遊生活をする生きものたちの写真集です。読むと生きものたちと一緒に、ぶかぶか泳いでいる気持ちになれるかもしれません。暑い季節におすすめの一冊です。



『水辺の楽校』の所くん』

著/本田 有明
出版社/PHP研究所

算数が苦手ないつも居眠りしている所くんには、誰にも負けない得意なことがあります。ある日新也は、所くんから『水辺の楽校』に誘われて…。自然を楽しみ、大切に育てる心育てる物語です。



『ばけこちゃんのたなばた』

脚本/刈田 澄子
絵/中谷 靖彦
出版社/童心社

化け猫のばけこちゃんは、友だちと七夕飾りを作っています。天の川はきらきら。ばけこちゃんたちが、短冊に願いごとを書こうとすると、そこへいったんもめんがやってきて…。楽しい七夕の紙芝居です。



『ロウソクの科学』

原作/ファラデー
文/平野素次、冒険企画局
絵/上地 優歩
出版社/KADOKAWA

ファラデーは19世紀に活躍したイギリスの科学者です。ファラデーの実験教室で子どもたちが見た24の実験を、イラストと物語でやさしく教えてくれます。楽しくておもしろい、理科実験の入門書です。



『潮騒はるか』

著/葉室 麟、出版社/幻冬舎

時は『安政の大獄』目前の動乱期。長崎の西洋医学伝習所で蘭学を学ぶ夫を追って福岡から移り住み、奉行所の御雇医となった菜摘。彼女のゆかりの女に夫殺しの疑いがかり、事態は思わぬ方向へ。まことを信じ、懸命に生きる人々が描かれます。



『ファームトゥーテーブル 素材が教えてくれるレシピ集』

著/沢樹 舞
出版社/ワイン王国

週末は畑で過ごし、平日は収穫した野菜でワインに合う料理を作る。安全な食への意識が高まる中、そのライフスタイルが人気の菜園料理家・沢樹舞のレシピ本です。写真も美しい本書を参考に、素材をいかした料理にチャレンジしてみませんか。



各図書館・図書室連絡先

- 平戸図書館 ☎22 - 4017
- 永田記念図書館 ☎28 - 0128
- 南部公民館図書室 ☎27 - 0047
- 生月支所図書室 ☎53 - 2111
- 田平町中央公民館図書室 ☎57 - 0207
- 大島村公民館図書室 ☎55 - 2985

図書館ホームページ

http://www.hirado-lib.jp
携帯電話からQRコードを読み込んで簡単にアクセスできます。



図書館のイベント情報

会場	主なイベント	開催時間
平戸図書館	おはなし会 (おはなしのへや)	毎週日曜 午後2時~
	赤ちゃんおはなし会 (おはなしのへや)	12日(水) 午前10時30分~
	「みんなdeシネマ」(COLAS平戸ホール) 「我が家のおバカで愛しいアニキ」(アメリカ映画:90分)	8日(土)・27日(木) 午後2時~
	ライブライリーコンサート(COLAS平戸ホール) 佐世保市在住のトミー・チャド氏による歌とピアノとおしゃべりを楽しむ愉快的な時間となっています。(予定)	29日(土) 午後7時~
永田記念図書館	おはなし会 (ふれあいセンター児童室)	1日(土)、8日(土)、15日(土)、22日(土)、29日(土) 午後2時~

今月の休館日 平戸図書館：なし 永田記念図書館：4日(火)、11日(火)、18日(火)、25日(火)、30日(日)

各地域の食生活改善推進員が紹介します！ 4

今月のレシピ

☎保健センター健康づくり推進班 ☎57-0977

『ささみと蒸し茄子ときゅうりの中華和え』

【材料(4人分)】

- ささみ……………2本
- なす……………2本
- きゅうり……………1本
- 塩……………少々
- 酒……………少々
- ごま油……………小さじ1
- 酢……………小さじ2
- しょうゆ……………大さじ1
- 砂糖……………小さじ1
- 生姜のみじん切り……………大さじ2

【作り方】

- 耐熱容器にささみを入れ、塩、酒をふり、ふんわりラップをし、レンジ(600W)で2分程加熱し、粗熱をとってから細長くほぐす。
- ナスは、蒸して粗熱を取り、5cm程の長さに切りほぐす。
- きゅうりは、縦半分にして斜め薄切りにする。
- ボウルに調味料と生姜のみじん切りを合わせ、①②③を和える。



生姜を効かせて薄味でも美味しく！

なすに含まれる「ナスニン」という色素は、ポリフェノールの一種でがんや動脈硬化を予防します。皮の部分に栄養があるので一緒に食べましょう。また、カリウムも豊富なので、夏バテやむくみにも効果的です。



度島支部さくら会
吉木 秀子 さん

飯良の大風石

(飯良町)

☎文化交流課文化遺産班 ☎内線2278

平戸島西海岸に面した飯良町は、美しい海と白砂の浜辺に加え、よく手入れされた防風林や石垣が特徴的な74世帯(163人)の集落です。また「飯が良い」と書くその名のとおり、飯良の棚田米は絶品なのだと言われている。町の人々は口をそろえます。

「飯良の浜辺に大風石という、人取り船から村人を守った石がある」と現地を案内してくれたのは村田英敏さん。大風石にまつわる伝説を次のように話してくれました。「その昔、飯良の港に人取り船が来ると、丘の上の見張りが『お〜いコッテ(牡牛)が離れたぞ〜!こっちは来い!』と叫び、それを聞くと女性や子どもたちは浜辺から遠く離れた山の方に急いで逃げ

たんです。そして見張りが『村人を守ったまえ!』と言って大風石の上に乗るとたちまち大嵐になり、人取り船は帰って行った」と伝えられています。

実は村田さんは、幼少期にいたずらで大風石に乗ったことがあるのですが、言い伝えのとおり海がザワザワと荒れてきたため、そのことを親に話したらひどく怒られたそうです。その後、親が大風石に酒を持って行き拜んでもらったところ、風は徐々にやんだという、とても不思議な体験が記憶に残っているそうです。砂浜から少しだけ顔を出す大風石は、教えてもらわないと気づかないくらい小さな石なのですが、天候をも左右し、村人を守る力を持つ、飯良の宝のひとつです。

私のまちの宝探し vol.4

このコーナーでは、地域に眠る小さなお宝を紹介します。



上に乗ると嵐を呼ぶという大風石



村田 英敏 さん
飯良町