

# 図書館へ行こう

本は、市内の図書館・図書室どこでも貸出・返却できます。

おすすめの  
新刊

### 『たなばたのねがいごと』

作/村中 李衣  
絵/えがしら みちこ  
出版社/世界文化社

七夕の日、あおいは願いごとを一生懸命考えました。時間がたってもこわれず大事なものの、それはどんな願いごと？家族のつながりを描いた感動の絵本です。



### 『にゅうどうぐも』

作/野坂 勇作  
監修/根本 順吉  
出版社/福音館書店

元気な子どもたちの頭上に広がる青い空に白い綿雲。その綿雲がムクムク大きくなって…。たて開きのページいっぱい入道雲が圧巻の科学絵本です。



### 『ミウの花まる夏休み』

作絵/きたじまごうき  
出版社/汐文社

ミウが捕まえたのは見たこともない魚。その魚の観察をはじめてから知らなかった発見の連続で、ミウはワクワクの夏休みを過します。調べる楽しさが伝わる本。



### 『消された信仰 「最後のかくれキリタン」 —長崎・生月島の人々—

著/広野 真嗣  
出版社/小学館

生月島の「かくれキリタン信仰」を綿密に取材した本です。この守られてきた遺産の重要さが伝わってきます。ぜひ読んでほしい一冊です。小学館ノンフィクション大賞受賞作。



### 『真夜中乙女戦争』

著/F  
出版社/KADOKAWA

東京で一人暮らしをはじめた大学1年生の「私」は図書館横の喫煙所で見知らぬ男と出会う。それはこれから起こること、悪戯、銅像破壊工作、大学破壊計画、つまり、最悪の始まりであった。



### 『頭のいい子にする 最高の育て方』

著/はせがわ わか  
出版社/SBクリエイティブ

どこでもやっていける地頭を持つ「頭のいい子」を育てるには？子育て方マニアの著者が、国内外1000以上の研究から編み出した選りすぐりの方法を、「生活習慣」「遊び」「学習」などのテーマごとに紹介する。



### 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 - 2511

### 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)	11日(水) 午前10時30分～
	「みんなdeシネマ」(COLAS平戸ホール) 「TOMORROW 明日」(日本:106分)	14日(土)・25日(水) 午後2時～
	ライブラリーコンサート(COLAS平戸ホール) ラストイ・プレヴィンス氏によるサクソ演奏です。(予定)	28日(土) 午後7時～
永田記念図書館	ポスター教室	25日(水)・28日(土) 午前10時～正午
	おはなし会 (ふれあいセンター児童室)	毎週土曜 午後2時～

今月の休館日 永田記念図書館：3日(火)、10日(火)、17日(火)、24日(火)、29日(日)、31日(火)

各地域の食生活改善推進員が紹介します！ 16

## 今月のレシピ

健康ほけん課健康づくり班 ☎内線2546

### 『鶏むねナゲットのトマトサルサ』

#### 【材料(4人分)】

- 鶏むね肉(皮なし)・320g
- 塩こしょう・・・少々
- 濃口醤油・・・小さじ1
- 片栗粉・・・大さじ1
- 揚げ油・・・適量
- トマト・・・1個
- ピーマン・・・2個
- 玉ねぎ・・・1/4個
- 粒マスタード・・・小さじ2
- レモン汁・・・小さじ4
- 砂糖・・・小さじ1
- 塩・・・小さじ1/2

#### 【作り方】

- 鶏むね肉は一口大のそぎ切りにして、ポリ袋に入れる。Aをもみ込み、なじんだら片栗粉を加えます。
- 揚げ油を180度に熱して①を入れ、こんがりときつね色になるまで2～3分揚げ、パットにとって油を切る。
- ②を器に盛り、トマトサルサをかける。

#### 【トマトサルサの作り方】

トマト、ピーマンは5mm角に切る。玉ねぎはみじん切りにしてボウルに入れ、残りの材料を加え混ぜる。

#### 【栄養(1人分)】

●カロリー 126kcal ●脂質 2.1g ●カルシウム 16mg ●塩分 1g



### 強い抗酸化力！リコピン

トマトの赤い色素はリコピンという成分。強い抗酸化作用をもち、がん細胞の抑制や動脈硬化を予防します。完熟トマトに多く含まれ脂溶性のため、油と一緒に摂る事で吸収が高まります！



北部支部 おかべ あきみ  
岡部 明枝 さん

毎月19日は「食育の日」です！

## 平戸の「宝」を未来へ

世界遺産に登録された遺産は「世界の宝」として、世界中の人たちに知られ、多くの来訪者が訪れます。そのため、世界遺産は観光や経済的な利益中心で語られることもあり、来訪者の増減に一喜一憂する状況も見受けられます。確かに遺産を持続的に守っていくためには、適切な観光利用は欠かせない大切な視点ですが、観光を優先させるあまり、肝心の「宝」が消耗して魅力がなくなり、数年後には誰も見向きもしないという状況になることは避けなければなりません。地域で継承してきた「宝」から、今後も継続してメリットを受け続ける仕

組みを作るため、保護していくことが必要です。「平戸の宝」が「世界の宝」になることは、きっと私たちの誇りになります。この「宝」を取り巻く環境は、人口減少などに伴い、今後さらに厳しい状態になると予測されます。「地域の宝」は、地域の誇りや絆、また、その根底にある知と技の継承のために欠かすことができないものです。私たちが暮らす町には、豊かな自然や文化遺産、伝統行事など、地域にとって大切なものが眠っています。これらは全て「平戸の宝」であり、この「宝」を次の世代にも有効に活用できるように、伝えることが大切です。

## 世界遺産 vol.4

「長崎と天草地方の潜伏キリタン関連遺産」の世界文化遺産登録に向けた情報をお知らせします。文化庁文化交流課文化遺産班 ☎内線2277



丸尾山(春日集落)  
ボランティアで集まった参加者で、山頂までの階段を作りました。