

# 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

## 『森のとしよかんのひみつ』

作/小手鞠い  
絵/土田 義晴  
出版社/金の星社

「さあ、始めるわよ!」の元気な声でやってきたひつじ郵便局長。森のなかまたちも図書館へ大集合。みんなともいそがしそう! いったい何がはじまるのでしょうか? 人気シリーズ第6弾。



## 『きのこレストラン』

文・写真/新聞 孝  
出版社/ポプラ社

真っ赤で丸い形のタマゴダケ。人は新鮮なものでないと食べられません。虫たちは違います。くずれはじめたタマゴダケは虫たちのレストランです。きのこを食べる虫たちを紹介する写真絵本です。



## 『エヴリデイ』

著/デイヴィッド・レヴィサン  
訳/三辺 律子  
出版社/小峰書店

16歳の主人公は、毎朝ちがう誰かのカラダで目を覚ます…。優れたYA作家に与えられるマーガレット・A・エドワーズ賞受賞作家が贈る究極のラブストーリー。



## 『知っていますか? SDGs ユニセフがめざす2030年のゴール』

製作協力/日本ユニセフ協会  
出版社/さ・え・ら書房

SDGsとは世界の未来を変える17の目標です。ユニセフの活動をもとにテーマごとに課題や取り組みを豊富な写真で紹介した本です。世界の動きを知ろう!



## 『牧水の恋』

著/俵 万智  
出版社/文藝春秋

旅と酒の歌人、若山牧水は恋の歌人でもあった。若き日を捧げた恋人の持つ秘密とは。高校時代に牧水の短歌に出会って心から共感した著者が、牧水の恋の絶頂から、疑惑、別れまでの秀歌を味わいつくす評伝文学。



## 『廃校再生ストーリーズ』

出版社/美術出版社

廃校が、カフェやオフィス、病院、博物館、老人ホーム、酒蔵、道の駅、図書館、水族館になった! コミュニティデザインの舞台となった、全国の廃校再生のケーススタディを紹介する。廃校活用Q&Aも収録。



## 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)	14日(水) 午前10時30分~
	「1日映画上映」(COLAS平戸ホール) ①「三度目の殺人」(日本:124分) ②「楽しき人生」(韓国:112分) ③「一命」(日本:127分) ④「最高の人生のつくり方」(アメリカ:94分)	10日(土) ①午前10時~ ②午後0時8分~ ③午後2時5分~ ④午後4時20分~
	ライブライリーコンサート(COLAS平戸ホール) 佐世保市出身のシンガーソングライター村島佳佑さんによるギター弾き語りです。(予定)	24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)	毎週土曜 午後2時~

今月の休館日 永田記念図書館: 6日(火)・13日(火)・20日(火)・25日(日)・27日(火)

## 各地域の食生活改善推進員が紹介します! 20

# 今月のレシピ

☎健康ほけん課健康づくり班 ☎内線2546

## 『豚肉と小松菜の混ぜごはん』

### 【材料(4人分)】

豚肉	100g	A	しょうゆ	大さじ2
小松菜	140g		酒	大さじ2
しょうが	15g		塩	少々
ごま油	大さじ1		砂糖	適量
サラダ油	大さじ1/2		温かいごはん	600g

### 【作り方】

- ①豚肉は2cm幅に切る。小松菜は2cm長さに切り、しょうがは千切りにする。
- ②フライパンにサラダ油を熱ししょうがを炒める。香りがたったら豚肉を加え炒める。
- ③豚肉の色が変わったら小松菜を加え、しんなりしたらAを加えさらに炒める。火を止め、ごま油を加え混ぜる。
- ④温かいごはんに③を汁ごと加えよく混ぜ、器に盛る。

### 【栄養(1人分)】

エネルギー 418kcal たんぱく質 8.0g 脂質 15.0g 塩分 1.4g



## 貧血予防に小松菜を

小松菜は、豊富な鉄分に加え、鉄分の吸収を助けるビタミンCを含む貧血予防に効果的な食材です。火を長く入れると栄養価が減少しますので、過熱しすぎに注意しましょう。



生月支部 とびうお会  
おがわ いくえ  
小川 郁枝 さん

毎月19日は「食育の日」です!

## 棚田と観光

世界遺産登録後、案内所「かたりな」や、春日の棚田を見学に来る人が増えていきます。先月14日には、約20人を迎えて稲刈り体験が行われるなど、農作業体験イベントとして実施することも定着してきました。

春日町まちづくり協議会「安満の里・春日講」事務局長の寺田賢一さんは「体験の受け入れには苦労がありますが、それを上回るやりがいや、春日講会員の連携促進にもつながっています」と話します。

棚田は、食料生産だけでなく、保水や国土・生態系保全など多面的な機能を持っていたり、景観の美しさから重要な文化的景観に選定

されたりしています。一方で、一枚一枚の面積が小さく、傾斜地で労力がかかるため、過疎化に伴って、多くの棚田が失われつつあります。棚田の維持管理については、地元だけでなく外部の人たちの力も借りながら持続可能な方法を模索していく必要があります。

さて、11月1日(木)から1カ月間、棚田を舞台に世界遺産登録を記念してライトアップイベントを開催します。太陽光をエネルギーに「春日の棚田」を彩る5千個の灯りは平戸初の催しです。灯りは、30分ごとに色が変化するなど、幻想的な夕暮れの春日の棚田にぜひ足を運んでみてください。

# 世界遺産

vol.8

「長崎と天草地方の潜伏キリシタン関連遺産」の世界文化遺産に関する情報をお知らせします。  
☎文化交流課文化遺産班 ☎内線2277

## 春日の棚田ライトアップ



11月からの1カ月間、5千個のLEDライトが棚田を彩ります。