

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

『えほん東京』

作・絵/小林 豊
出版社/ポプラ社

おじいちゃんとは、東京のまちを散歩した。すると、東京の町並みに江戸の風景や、その時代を生きてきた人たちの声が聴こえてきて…。東京の歴史を知る1冊です。



『カイとティム よるのぼうけん』

作/石井 睦美
絵/ささめやゆき
出版社/アリス館

6歳の誕生日、カイくんは「きょうからぼくひとりだねむることにするよ。」と言いました。そんなカイくんの部屋に現れたのは、422歳の「おてつだい妖精」。どこか懐かしくなる本です。



『そらまめくんと おまめのなかま』

さく/なかや みわ
出版社/小学館

かわいいそらまめくんのお話です。おまめの形や大きさは種類がいろいろあります。えだまめ、グリーンピース、そらまめくんたちが、元気いっぱい飛び出します。赤ちゃん絵本です。



『春夏秋と楽しめる かわいいコンテナガーデン』

著/エマ・ハーディ
出版社/グラフィック社

花、グリーン、ベジタブルなどたくさんの種類の植物鉢にアレンジしたガーデニングアイデア本。35パターンを解説とともに紹介します。寄せ植えや見せ方など、疑問を解決してくれる1冊です。



『この先には、何がある？』

著/群 ようこ
出版社/幻冬舎

昭和、平成、バブル、21世紀。好景気も出版不況も、どんな時代も、かわることなく、いつも「普通の人」を書いてきた。書き続けた40年を振り返る、自伝的エッセイ。「小説幻冬」連載を書籍化。



『人生後半、はじめまして』

著/岸本 葉子
出版社/中央公論新社

人生後半は終わりに向かっていくことだけではない。とまどいながらも、今からできることをみつきたい。岸本葉子が「はじめまして」が象徴する新鮮なドキドキ感を伝える。



各地域の食生活改善推進員が紹介します！ 27

今月のレシピ

問 健康ほけん課健康づくり班 ☎内線2546

『こくうまホイコーロー』

【材料(4人分)】

- | | | |
|------------------|---|------------------|
| 豚もも薄切り肉・・・240g | A | 酒・・・・・・・・大さじ1強 |
| キャベツ・・・・・・・・350g | | 片栗粉・・・・・・・・小さじ3 |
| ピーマン・・・・・・・・140g | | しょうゆ・・・・・・・・大さじ1 |
| にんにく・・・・・・・・適宜 | B | 砂糖・・・・・・・・小さじ1 |
| 油・・・・・・・・大さじ1 | | 甜麺醤・・・・・・・・大さじ1 |
| | | 豆板醤・・・・・・・・小さじ1 |
| | | 水・・・・・・・・大さじ1 |

【作り方】

- 1 豚肉は3cm幅くらいに切り、Aをもみ込みます。
- 2 キャベツ、ピーマンは一口大の乱切りにし、さっと炒めて取り出しておきます。
- 3 フライパンににんにくと油を入れて弱火にかけ、香りがたったら豚肉をほぐしながらしっかり炒めます。
- 4 キャベツとピーマンを入れてさっと炒め、混ぜ合わせたBを加えて混ぜ合わせます。

【栄養(1人分)】

エネルギー 203kcal たんぱく質 14.8g 脂質 9.8g 塩分 1.4g



胃にやさしい野菜です！

キャベツには、胃酸の過剰分泌をおさえ、胃の粘膜を保護・修復する作用があるビタミンU(キャベジン)や、消化を助けるジアスターゼを多く含みます。また、よく噛んで食べることで、食べ過ぎ防止の効果もあります。



中部地区 むつば会
たぐち ふさえ
田口 フサエさん

毎月19日は「食育の日」です！

「古写真」から見る平戸の記憶遺産 vol. 2

問 文化交流課文化遺産班 ☎内線2277

「春日集落の浜辺」

約50年前の浜辺の風景



現在も変わらぬ浜辺の風景



江戸時代以降、生月島で展開した大規模水産業にとって、春日集落を含む平戸島西海岸地域から供給される薪は、住民や漁師の日常生活に必要なほか、鯨や鮪、鯛から油を生産したり、イリコ(煮干し)を製造する際の燃料としても重要なものでした。このような生月島の漁業を中心とした経済圏は、昭和30年(1955年)頃まで続いており、さまざまな物資や人たちが盛んに行き交っていました。

写真は春日神社前に広がる浜辺の風景で、およそ50年前に撮影されたものです。浜辺に引き上げられた船と荷物を運んでいる人の姿がみえ、昔は船をこいで生月島まで薪や米を売りに行っていました。

春日集落の浜辺は、海や川に親しみやすい場所として棚田ウォークや自然体験など、イベントを行う時の立ち寄りポイントにもなっています。

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)	8日(水)・22日(水) 午前10時30分～
	「みんなdeシネマ」(COLAS平戸ホール) 『小さなバイキングビッケ』(洋画:88分)	11日(土)・23日(木) 午後2時～
	ライブラリーコンサート(COLAS平戸ホール) 今月は、読み聞かせボランティア・赤ずきんの方々による、夜のおはなし会、ブラックライトパネルシアター「蜘蛛の糸」です。(予定)	25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：7日(火)、14日(火)、21日(火)、26日(日)、28日(火)

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。

