



New Books

絵本館

10～18時 (水曜休館)

* 暗やみの中のきらめき
点字を作ったルイ・ブライユ
マイヤリーサ・ディークマン



* 外来生物ずかん
五箇公一



* わくせいキャベジ動物図鑑
tupera tupera

* 翻訳できない世界のことは
エラ・フランス・サンダース

* ノラネコぐんだんおすしやさん
工藤ノリコ

公民館 3階図書室

10～18時 (月曜休館)
※日曜は17時まで

* ひとり吹奏楽部ハルチ力番外篇
初野晴



* サイレンス
秋吉理香子

* 狩人の悪夢
有栖川有栖



* 事務所最終兵器は女王様 S & S 探偵事務所
福田和代

* 騎士団長殺し第1部・第2部
村上春樹

※4月25日(火)は
図書整理日のためお休み

* メアリー・ポピンズ
P・L・トラヴァース



* 日本世界遺産
山口正

* イラスト図鑑と写真でよく分かる!
この世界の片隅に 上・中・下巻
こうの史代

* 世界一楽しい遊べる鉱物図鑑
さとうかよこ

* 10歳までに読みたい名作ミステリー
名探偵シャーロックホームズ
おどる人形の暗号
コナン・ドイル

* 3人子持ち働く母の「追われない家事」
尾崎友史子

* 追われない家事
尾崎友史子

* 失われた地図
恩田陸

* 世界一美味しい煮卵の作り方
眉屋まゆこ

* 世界一美味しい煮卵の作り方
はらべこグリズリー

★4月27日(木)は
図書整理日のためお休み

★4月28日(金)から図書室入口にて「古本市」を開催します。ご自由にお持ち帰りください。



▲冬季消防訓練にて

寒い冬も終わり、外へ出て暖かい風の中を歩くと、爽やかで楽しい気持ちにさせてくれる季節となりました。

3月の定例議会では、役場庁舎の建替をはじめ今後の財政状況、地域課題・政策など多岐にわたり一般質問がありました。また議会改革の一環として今年から予算審査特別委員会が設けられ、予算についての活発な討議がなされました。

平成29年度も、町の大きな変容と多様な行政課題に対し、町民目線で職員とともに行政運営に邁進して参ります。

4月は出会いの季節です。学校や会社など、新しい人間関係を築いていく時期ですので、元気な挨拶で幸先の良いスタートにしましょう。また、歓送迎会など、お酒を飲む機会も増えますが「飲酒運転は絶対にしない!させない!」という強い意志を持ち、飲酒運転を根絶しましょう。

春の全国交通安全運動が実施されます。通勤・通学などには時間にゆとりをもって行動するよう、心がけましょう。

西江栄二

今月のメニュー

スナップえんどうのごま和え

食卓に春の彩りを



★材料 (2人分)
スナップえんどう 20 さやくらい
ごま 大さじ1
砂糖 小さじ1
しょうゆ 大さじ1/2

1人分
エネルギー 57kcal
塩 0.7g

★作りかた

- ①スナップえんどうはスジを取って沸騰した湯で1分程度茹でた後、冷水につける。斜め半分切る
- ②ごまはすって(すりごまでも可)、砂糖と醤油と混ぜる。
①と和えてできあがり

ごまは、約半分が脂質なので大さじ1杯で約54kcalあり、砂糖の35kcalと比較しても高カロリーですが、骨粗鬆症予防に重要なカルシウム、動脈硬化予防やアンチエイジングにつながる抗酸化作用のある物質も多く含んでおり、栄養価の高い食品です。一度に多く摂りすぎず、今回のようなメニューで加えていきたい食品です。

4～7月が旬のスナップえんどうは、ビタミンや食物繊維の他、必須脂肪酸のリジンを含み、カルシウム吸収の促進につながるため、ごまとの相性も良いです。調理時のスジ取りが少々面倒かもしれませんが、お子さんのいるご家庭では、お手伝いしてもらい楽しみながら作るのもいいですね。