



10月31日(金)より『古本市』開催！
※本がなくなり次第終了



公民館3階図書室

10～17時(毎週月曜休室)
※27日(木)は図書整理日のため休室



蜻蛉の夏

著者：垣根涼介



池袋NO NAME
池袋ウエストゲートパーク21

著者：石田衣良



宇宙の片すみで眠る方法

著者：畠野智美



ベビーサイン図鑑
簡単なジェスチャーだけで、2歳児以下とも双方コミュニケーション！

著者：吉中みちる



絵本館

10～18時(日曜は17時まで、毎週水曜休館)
※25日(火)は図書整理日のため休館



だれなの？

著者：いもとようこ



天狗裁き

著者：川端誠



捨てられないずかん

著者：米田まりな



ファイティング・チャンス

著者：ルイーザ・リード
訳：金原瑞人、八木恭子

The door is always open

『トーベとムーミン展』へ行ってきた。大好きな小説の出版80周年企画展。また、石破茂内閣総理大臣が『戦後80年に寄せて』談話された数日後の観覧でもあった。

企画展のテーマは“The door is always open”。「ムーミンたちの暮らすムーミン谷には、たくさんの個性的な住人がいます。住人たちは自由にムーミンやしきを訪れて、おもいおもいに過ごします。ドアに鍵をかけないムーミンやしきは、どんな生きものでも受け入れるのです。帰る場所や居場所の大切さを物語の中で見つけてほしい。」という思いが…。

出口前にはキャラクターによるワンフレーズが壁一面に。そこでは一人一枚、カードを持ち帰られるという。私が選んだのはスナフキンの言葉。

「大切なのは、自分のしたいことがなにかを、わかってるってことだよ」



▲町内施設見学会
(10月2日)

今日は何を食べよう？

☆タラのパン粉焼き☆

●材料(2人分)

タラ(切り身)2切れ、塩こしょう少々、パン粉大さじ4、粉チーズ大さじ1、マヨネーズ大さじ1、にんにく少量、油大さじ2



●作り方

- ①キッチンペーパーでタラの余計な水分を拭き取り、塩こしょうをする。
- ②ポリ袋にマヨネーズ、すりおろしたにんにくを入れて混ぜる。混ざったら、タラを入れて全体にまぶす。
- ③パン粉と粉チーズを合わせて、②のタラにまぶす。
- ④フライパンに油をひいて、両面こんがりと焼く。

食事のときには「いただきます」、「ごちそうさま」を

「いただきます」という言葉には、食材となった動植物の命をいただくという意味と、料理を作ってくれた人や食事が食卓に並ぶまでに関わったすべての人への感謝が含まれています。

「ごちそうさま」は漢字で「御馳走様」と書き、「馳走」という言葉は人のために走りまわるという意味があります。料理を作る人が駆け回って準備をしたおかげで料理が食べられたという、感謝の気持ちが含まれています。

たった1回の食事にも、たくさんの人が関わって成り立っています。作ってくれた人や食べ物への感謝する人が増えるといいなと思います。

管理栄養士 小屋畠麻未