

みんなのとしよかん

図書館 ☎ 531644 FAX 533068

新着本ご案内

寺院消滅

「寺院消滅 失われる「地方」と「宗教」」
鵜飼秀徳 著 (日経BP社)

地方では高齢化や過疎化による檀家の減少で、また都市部では宗教離れが進み、地域にお寺がなくなり、お墓もなくなりつつあります。この本では、以前のお寺のイメージとはかけ離れた今の地域の身近なお寺の現状と生の声を伝えています。お寺とは、檀家とは何かをあらためて考えてみませんか？

「この世界が消えたあとの科学文明のつくりかた」
ルイス・ダートネル 著 (河出書房新社)

この世界のあらゆる科学文明が崩壊し消え去った後、生き残った人類は現在の文明をとり戻せるのか？映画や小説、漫画に使われるありがちな設定の一つですが、それをイギリスの科学者が科学的に論じています。食料・衣料・医療など、人類が数千年かけて築き上げてきたものは、再び人類の元へ帰ってくるのか、それとも…？

お知らせ

●秋のピアノ・コンサート

とき：10月10日(土) 19:30～
ところ：図書館児童書コーナーにて
内容：学生さんによるピアノコンサート。

●図書館の黄色いかばん、お家にありませんか？

図書館の貸出用かばん(黄色のかばん)の返却し忘れはありませんか。
貸出用かばんは、利用者の皆さんに使っていただくためのかばんです。本を返却する際に、一緒にお返しください。また、返し忘れたかばんをお持ちの方は、図書館までお持ちください。

休館日のカレンダー

10月

日	月	火	水	木	金	土
					①	② ③
④	⑤	⑥	⑦	⑧	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

11月

日	月	火	水	木	金	土
1	②	③	④	5	6	7
8	⑨	⑩	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

行事予定

- おひざでだっこのおはなし会
10月17日(土)11:15~11:40
11月21日(土)11:15~11:40
2歳児くらいまでの親子
- おはなし会
毎週土曜日10:30~11:00
どなたでも参加できます
- 映画会
10月18日(日)14:00~16:15
「BALLAD 名もなき恋のうた」
(2009年/日本作品【132分】)
- 休館日(○印)
月曜日・火曜日・祝日
資料整理日(第4木曜日)
※10月1日(木)~10月8日(木)
は蔵書点検期間となります。

ヘルシークッキング わかめ入りオムレツ



材料(4人分)

卵4個、キャベツ80g、小松菜80g、
にんじん20g、干しわかめ2g、
きざみチーズ40g、塩0.4g、
こしょう少々、油適量、
ケチャップ大さじ2杯、
とんかつソース小さじ4杯、砂糖8g

作り方

- ①干しわかめを水にもどし、大きかったら切っておく。
- ②溶いた卵にきざみチーズ、もどしたわかめ、塩、こしょうを入れて混ぜる。
- ③熱したフライパンに流し入れて、菜箸で混ぜながらオムレツの形を作る。
- ④キャベツは太目の千切りに、にんじんは千切りにして湯がく。小松菜は湯がいて水気を絞ってから1cmくらいに切る。
- ⑤④の野菜をオムレツに添えて盛り付ける。
- ⑥ケチャップ、とんかつソース、砂糖を合わせ鍋で煮てオムレツにかける。

★1人分	エネルギー	206kcal
	たんぱく質	11.9g
	脂質	9.4g
	食塩相当量	1.2g

ポイント

野菜をゆでて使うことで食べやすくなり、たくさん食べられるようになります。



健康推進員
高岡 礼子さん
(中山西)