

# みんなのとしよかん

図書館 ☎ 531644 FAX 533068

## 新着本ご案内



### 「虫屋さんの百人一種」

NPO 日本アンリ・ファープル会 編著  
奥本大三郎 監修 (出版芸術社)

大の虫好きの「虫屋」百人が、一人一種ずつ好きな虫について、美しい生体写真や基本情報とともに見どころ・知識、そして愛をつづった本です。それぞれの虫との思い出や深い思い入れなどが熱く語られている文章は、虫愛が伝わってきて読んでいる方も楽しくなります。



### 「日本の中でイスラム教を信じる」

佐藤兼永 著 (文藝春秋)

日本でイスラム教に触れる機会はまだまだ多くありません。そうした日本でイスラム教徒はどう生活し、社会の側もどう受け入れているのでしょうか?これは10年以上イスラム教徒の「普段の生活」の取材してきたジャーナリストによる本です。本書を読めば、イスラム教に対するイメージが変わるかもしれません。

## お知らせ

### ●文化祭の展示をご覧ください。

日野町文化祭の期間中の11月7日(土)～11月15日(日)の間、図書館でも文化祭の出品作品を展示しています。11月9日(月)は図書館の休館日ですが、展示コーナーはご覧いただけるようになっております。ぜひ、図書館にもお立ち寄りください。



### 休館日のカレンダー

11月

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

12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	⑰	⑱	⑳	㉑	㉒	23
24	25	26	27	⑳	㉑	㉒

## 行事予定

### ■おひざでだっこのおはなし会

11月21日(土)11:15～11:40  
12月19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

12月20日(日)14:00～16:10  
「次郎長三国志」  
(2008年/日本作品【126分】)

### ■休館日(○印)

月曜日・火曜日・祝日  
資料整理日(第4木曜日)

## ヘルシークッキング ささみのピザ焼き



### 材料(4人分)

鶏ささみ8本、玉ねぎ80g、  
ニンジン80g、えのき60g、  
ピーマン1個、ブロッコリー80g、  
溶けるチーズ80g、  
塩コショウ少々、  
ピザソース大さじ4杯、  
パセリ少々

### 作り方

- ①玉ねぎ、ピーマンは薄切りに、ニンジン  
は千切りにして少しレンジで加熱し  
て、えのきはほぐしておく。ブロッ  
コリーはさっとゆでておく。
- ②ささみに塩コショウをして天板に並  
べ、ピザソースを塗る。
- ③②にブロッコリー以外の①をのせて、  
溶けるチーズをのせる。
- ④天板にブロッコリーも並べ、オーブ  
ントースターで5分ほどささみに火がと  
おり、チーズに焦げ目がつくまで焼く。
- ⑤刻んだパセリを散らし、器に盛りつける。

★1人分	エネルギー	158kcal
	たんぱく質	21g
	脂質	5.6g
	食塩相当量	1.2g

## ポイント

天板に並べて焼くだけの簡単レシピです。ささみは良質のたんぱく質で、カロリー低めでヘルシーです。サラダや具だくさんのみそ汁と一緒に食べてください。



健康推進員  
望主 久二子 さん  
(徳谷)