

新着図書

BOOKS

あんない

最近入った本の一部
をご紹介します

- <一般書 文学>
- 大暴落ガラ (幸田 真音)
 - 今ひとたびの、和泉式部 (諸田 玲子)
 - 鬼神 (矢野 隆)
 - 密室本能寺の変 (風野 真知雄)
 - キャピタル (加藤 秀行)
 - 救急病院 (石原 慎太郎)
 - 成功者K (羽田 圭介)
 - 墨龍賦 (葉室 麟)
 - みずゝと雅輔 (松本 侑子)
 - 合理的にあり得ない (柚月 裕子)
 - 名誉と恍惚 (松浦 寿輝)
 - 終りなき夜に生れつく (恩田 陸)
 - 鬼門の将軍 (高田 崇史)
 - それでもこの世は悪くなかった (佐藤 愛子)
 - 下衆の極み (林 真理子)
 - 海をわたる手紙 (澤地 久枝)

- <一般書・その他>
- 「型破り」の発想力 (齋藤 孝)
 - 自分で考えて生きよう (松浦 弥太郎)
 - くらべる時代 (おかべ たかし)
 - 黒島の女たち (城戸 久枝)
 - スノーデン、監視社会の恐怖を語る (小笠原 みどり)
 - 独裁者たちの最期の日々 上・下 (ディアンヌ・デュクレ)
 - 騙されない技術 (片田 珠美)
 - 前田さん、主婦の私もフリーランスになれますか? (前田 めぐる)
 - 世界一楽しい遊べる動物図鑑(さとう かよこ)
 - バッグ作り教室 (水野 佳子)
 - その道のプロに聞くふつうじゃない生きものの飼いかた (松橋 利光)
 - 定年男子定年女子 (大江 英樹)
 - 明るい公務員講座 (岡本 全勝)

- <児童書>
- でんしゃがきました (三浦 太郎)
 - 都会(まち)のトム&ソーヤ 14 上・下 (はやみね かおる)
 - かん字のうた (川崎 洋/詩)
 - ちいさなうさぎのものがたり (アルヴィン・トレスルト)
 - 小中学生からはじめるプログラミングの本 (日経パソコン/編)
 - 天の川のラーメン屋 (富安 陽子)
 - 小説チア☆ダン (林 民夫/映画脚本)
 - ふしぎ駄菓子屋銭天堂 7 (廣嶋 玲子)
 - 水の森の秘密 (岡田 淳)
 - つくってかざろう! きせつのおりがみ1~4 (学研教育出版/編)
 - ときめき百人一首 (小池 昌代)
 - ふたりユースケ (三田村 信行)
 - 真景累ヶ淵 (金原 瑞人)
 - あたしのクオレ 上・下 (ピアンカ・ピッツォルノ)

- は芦原図書館にあります。
- は金津図書館にあります。
- は両館にあります。



こあらっこだより

子育て世代包括支援センターの保健師が「子どもの健康情報」をお伝えします

家族で守ろう! 子どもの歯

むし歯になりやすいおやつ

おやつは時間を決めて与えましょう。□の中に糖分が長くとどまる食べ物は、むし歯になる危険が高くなります。また、おやつは「甘いもの」ではありません。不足しがちな栄養(カルシウム、鉄など)と水分をおやつで補給しましょう。

むし歯の危険度

特に高い	キャラメル、アメ、ガム
高い	チョコレート、こんぺいとう、和菓子、カステラ、ビスケット、クッキー
やや高い	マドレーヌ、フルーツケーキなどのスポンジケーキ、かりんとう、レーズンサンド、ウエハース
低い	アイスクリーム、甘栗、果物、砂糖不使用のビスケット
特に低い	せんべい、クラッカー、ピーナッツ

飲み物にも気をつけましょう

乳酸菌飲料やスポーツ飲料、ジュースなどは□の中を酸性にし、歯のエナメル質が溶け出します。このような飲み物を哺乳瓶で与えると、歯が酸に長時間さらされ、むし歯のリスクが一層高まります。

家族みんなで、子どもの歯を守りましょう!

◆ 問合せ ~妊娠期から子育て期の総合相談窓口~
子育て世代包括支援センター(こあらっこ)
☎ 73-8010 (保健センター内)



子育て支援センターだより

5月の行事予定

9日(火)	昔の遊びを楽しもう 内容: 更生保護女性会の人と折り紙やあやとりで遊ぶ	10:00~11:00
11日(木)	ベビーマッサージ 講師: 仁佐知佳氏(看護師)	14:30~15:30
16日(火)	保育カウンセラー巡回相談 内容: 子どもの行動や言語・遊びに関する相談 講師: 保育カウンセラー 山本桃花子氏(臨床心理士)	10:00~12:00
	親子ふれあい 内容: 玩具で遊んだり、ふれあい遊びをして親子で楽しむ 場所: 芦原青年の家	10:00~11:30
17日(水)	親子遠足(クレヨンランドかなづ) 持ち物: 弁当・水筒・敷物・着替え ※現地集合・雨天中止	10:00~11:30
19日(金)	出前子育て支援センター(本荘公民館) 内容: 玩具で遊んだり、ふれあい遊びをして親子で楽しむ	10:00~11:30
30日(火)	出前子育て支援センター(本荘公民館) 内容: 玩具で遊んだり、ふれあい遊びをして親子で楽しむ 離乳食教室(本荘公民館) 内容: 乳幼児の食事に関する話と試食 ※要予約(市内在住の人) 講師: 子育てマイスター 長谷川マチエ氏(栄養士)	10:00~11:30 10:30~11:30
31日(水)	誕生会	10:30~11:30

- ◆ 電話相談・育児相談 月~金曜日 9:00~16:30
- ◆ のびのび子育て相談室(電話相談可) 毎週火曜日 13:30~15:30
- ◆ 開放デーは裏表紙へ(いちひめこども園・あわら敬愛こども園は時間内常時開放です。)

◆ 申込み・問合せ 子育て支援センター ☎ 77-1163



まなびのひろば

まなびの広場では、生涯学習など“まなび”に関する話題をお知らせします!

江戸の恋は粋かいな
長唄、小唄、三味線の演奏会

竹よし会による演奏会を開催します。
粋な音色をお楽しみください。

とき 5月14日(日) 14時~
ところ ハートピア春江 小ホール
参加費 無料
問合せ 竹よし会 長沼
☎ 090-4686-8108

第5回 着物でぐらり

たんに眠っている着物を着て、あわら春まつりに出かけませんか。

とき 4月29日(土) 11時30分~
ところ ※雨天決行
あわら温泉べにや 集合
※着付け希望の人は、10時までにフスリのキューピーへ集合。

内容
・べにやの松花堂弁当でランチ
・茶楽かぐやによるお茶の話(お抹茶、お菓子付き)
・あわら温泉春まつり散策
・プロによる記念撮影

参加費 3500円(ランチ、お抹茶、写真代)
定員 先着30人
申込み 着物でグらり 砂田
☎ 090-2831-8098

古雑誌を販売します

なくなり次第終了しますので、お早めにお越しください。

とき 4月23日(日)~5月7日(日)
ところ 芦原図書館・金津図書館
※4月24日(月)、27日(木)、5月1日(月)は休館。
ただし、4月29日(土)、5月3日(水)、4日(木)、5日(金)は芦原図書館のみ休館。

対象 すべてにハンドメイド、きょうの料理、文藝春秋、オレンジページ、LEE、福楽など

価格 1冊10円
※同タイトルの雑誌は、1人3冊まで

問合せ 芦原図書館 ☎ 78-7246
金津図書館 ☎ 73-1011

YONETSU-KANささおか 臨時休館のお知らせ

清掃センター焼却施設定期点検のため、YONETSU-KANささおか(余熱館)が休館となります。ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

期間 5月8日(月)~25日(木)
問合せ YONETSU-KANささおか ☎ 74-2221

ご寄贈ありがとうございます

北陸労働金庫金津支店地域推進委員会より、チャリティ募金から児童図書53冊(62000円相当)を寄贈していただきました。

毎月25日はおばあちゃんの味の日



材料 / 4人分	栄養 / 1人分
米 : 2合	エネルギー : 313kcal
厚揚げ : 1/2枚	たんぱく質 : 7.4g
だし昆布 : 10g	脂質 : 2.8g
しょうゆ : 大さじ2	カルシウム : 55mg
酒 : 大さじ2	鉄 : 1.3mg
大根おろし : 60g	食塩 : 1.3g
きざみネギ : 10g	

- 作り方
- ①米は洗って、通常の水量で浸水させておく。
 - ②厚揚げは熱湯をかけ油抜きし、1cm角に切る。
 - ③①にだし昆布と②をのせて調味料を入れて炊く。
 - ④炊き上がったら、だし昆布を取り、ご飯を混ぜる。
 - ⑤大根おろしときざみネギを、ご飯の上のせていただく。

あぶらげご飯について

福井県は浄土真宗の信仰があつい仏教王国です。信徒たちの最大の催事である「報恩講」には油揚げが用いられており、地域にも浸透していきました。そういった関係から、福井では油揚げの消費量が多いといわれています。

地域によっては田んぼの用水を掃除する江掘りや、村の作業の後に振る舞われていたそうです。