

美里町商工会

プレミアム付グルメチケット

利用期限は11月30日月までです！

美里町の飲食店を

応援しよう！！

美里町商工会プレミアム付グルメチケットの利用期限は11月30日(月)までです。

利用期限後は使用できません。また、換金・返金もできませんのでご注意ください。

1枚(500円券)から利用でき、テイクアウトや出前にも利用可能です。

町内飲食店約30店舗で利用できます。ぜひ、この機会に美里のソウルフードをご賞味ください。



グルメチケットが使用できる店舗やおすすめメニューなど、美里町商工会ホームページで公開しています。
ぜひ、チェックしてみてくださいね！



商工会ホームページ

問合せ=美里町商工会 ☎76-0144

完売御礼

チケットは完売しました



ワンポイント手話講座 ②12

～一生懸命～

顔の左右から両手を前に出す



(出典：わたしたちの手話(5) / (一財)全日本ろうあ連盟発行)

お手軽クッキング 235

さつまいもサンデー



材料 (4人分)

- さつまいも……………250g
- バニラアイスクリーム……………大さじ4 (120ml)
- きなこ……………小さじ4



1人当たり

エネルギー	塩分
135kcal	0g

作り方

- ①さつまいもは1～1.5cm厚さの輪切りにして、やや厚めに皮をむく。ボールに水を入れて白く濁ったらざるにあげて水けをきる。
- ②鍋にさつまいもを入れ、かぶるくらいの水を入れ火にかける。さつまいもがやわらかくなったらつぶす。
- ③②が冷めたら器に盛り、バニラアイスクリームを添え、きなこをふる。

協力：美里町食生活改善推進員連絡協議会

※食改会員さんを募集しています。詳しくはお問い合わせください。

【問合せ】保健センター 健康増進係 ☎76-2855

新しい本を紹介します。

一般書

『京大はんと甘いもん』



藤井清美/著 KADOKAWA

サラリーマンの彰は、ストレス発散のため発作的に京都へ。祖父が好きだった和菓子を探し、彼が青春を過ごした京大で祖父を偲ぶが、ひよんなことからタイムスリップし、祖父本人として昭和初期の京大生として暮らすことに…。

『商う狼 江戸商人杉本茂十郎』

永井紗耶子/著 新潮社

甲斐の農家から江戸の飛脚問屋の養子となった茂十郎は、永代橋の崩落事故で妻と跡取り息子を失う。その悲しみを糧に、三橋会所頭取となり橋の運営に要する費用を集め…。江戸の繁栄に生涯を捧げた実在の改革者に迫る歴史小説。

『よくある不調がスーッと消える！手・足・頭のツボ地図大全』



五十嵐康彦/著 河出書房新社

手・足・頭は、「第2の心臓、脳」とも呼ばれ、内臓、心、首、腰といった全身のツボが密集している大事な場所。からだのよくある不調に対し、一番効果的なツボの「場所」「押す順番」「刺激法」をわかりやすく解説する。

『猫と暮らしている人のやさしくわかる防災と避難』

小林元郎/監修 かねまつかなこ/イラスト ナツメ社

飼い主のサバイバル力で愛する猫を守ろう！猫と避難した様々な実体験をもとに、災害避難のリアルをマンガで再現。猫と生き残るための防災知識や、やっておくべき準備などを解説する。

児童書

『ガリガリ君ができるまで』

岩貞みこ/文 黒須高嶺/絵 講談社



みんなが大好きなアイス「ガリガリ君」はどうやって作られているの？味、工場の中、イラスト…。ガリガリ君には、愛と情熱があふれていた！ガリガリ君のヒミツがよ〜くわかる、ドキュメント小説。

『あかいしろくま』

柴田ケイコ/作・絵 PHP 研究所

食べることが大好きな、くいしんぼうのしろくまは、「あかい食べものの中に入ったらどんなかんじかな？」と想像してみることにしました。いちご、りんご、伊勢えび…。どうなるかな？「しろくま」シリーズ第6弾。

『教室の日曜日 パンツをはいた宇宙人』

村上しいこ/作 田中六大/絵 講談社



ここでは、せんねん町の、まんねん小学校。教室のみんなは、来週行われる「教室たいこう大なわとび大会」に向けて猛練習中。でも、時計としようかきがケンカをして大変！そこへ宇宙人がやってきて…。日曜日シリーズ。

『イラスト版13歳からのメンタルケア 心と体がらくになる46のセルフマネジメント』

安川禎亮/編著 柴田題寛・木須千明/著 合同出版

失敗したらどうしよう。イライラする自分が嫌い。自分はひとりぼっちかも…。思春期特有の、緊張、不安、悲しみ、怒りに対して、自分ですぐにできる46のメンタルケアをイラストとともに紹介します。

【引用】TRC株式会社図書流通センター

問合せ=森の図書館 ☎75-2055

開館時間 平日：午前10時～午後6時 土日祝日：午前10時～午後5時

※休館日…毎週月曜日、11月27日(金)【整理日】

※詳しい運営などについては、町ホームページをご確認ください。



ホームページ QRコード