

いっしょにスポーツしようよ♪ みんなが君を待っている!!

## 美里町スポーツ少年団 新入団員募集!

誰だって最初は初心者だから、「まずは見てみよう」「まずはやってみよう」♪



団名	種目	練習日と練習時間	練習場所	入団金(円)	年会費(円)	代表者・連絡先
美里FC	サッカー	火・水 午後6時30分～8時15分 土・日 午前9時～11時30分	体育広場	1,000	未就学児無料 1～2年 9,000 3～6年 16,000	坂本 明 ☎090-7639-5198
美里少年野球	野球	土・日 午前9時～正午	遺跡の森 グラウンド	1,000	12,000	中兼勝 美 ☎76-3188
柔道	柔道	火・水 午後6時30分～8時30分	町民武道館	1,000	6,000	丸山 保 ☎76-1559
美里Jrバレーボール	バレーボール	金 午後6時30分～8時30分 日 午前9時～正午	町民体育館	1,000	8,000	中島 真智子 ☎090-2310-8456
万葉の里太鼓	太鼓	土 (第1・3・5) 午前9時15分～11時45分	町民武道館	1,000	3,000	秋山 暁 ☎76-4919

※上記の活動日時と場所をご確認のうえ、お越しく下さい。

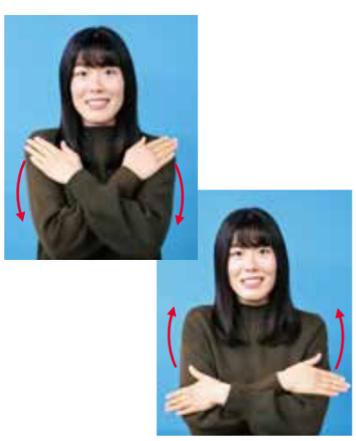
※不明な点などは、各少年団の代表者にご確認ください。

問合せ＝教育委員会事務局 生涯学習係 ☎76-3431

### ワンポイント 手話講座 229

～ 茨城 ～

両手を交差させて肩から上下に動かす



(出典：わたしたちの手話 (3)  
／ (一財) 全日本ろうあ連盟発行)

### お手軽クッキング 252

#### きな粉ボーロ

1人当たり

エネルギー	塩分	鉄分
332kcal	0g	1.1mg



- 材料** (4人分)
- きな粉…………… 40g
  - 薄力粉…………… 100g
  - サラダ油…………… 60g
  - 砂糖…………… 60g

- 作り方**
- ①すべての材料をよくこねる。
  - ②小さめに丸め、耐熱皿にのせ、電子レンジで2分くらい加熱する。(オーブンの場合：170℃で12～15分焼く)

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

#### 『ひとりでカラカサしてゆく』

江國 香織 / 著 新潮社



大晦日の夜、ホテルに集まった80歳過ぎの3人の男女。酒を飲み、共に過ごした過去を懐かしみ、そして一緒に命を絶った。残された者たちの日常を通して浮かびあがるのは…。『小説新潮』連載を書籍化。

#### 『滅私』

羽田 圭介 / 著 新潮社



必要最低限の物だけで生活するミニマリストの男。物欲から解放され自由を得たはずが、なお因果は尽きず…。ミニマリズムの果てに待ち受けるのは？ SDGsの現代を描く悲喜劇。『新潮』掲載を単行本化。

#### 『リバウンドなし！』

#### 1日3分でやせる亀トレ

ユウトレ / 著 扶桑社

運動が苦手な人でもできて、ダイエット効果は抜群！ 亀のようにゆっくりとした動きや、一瞬キープするような耐える動きを入れることで、短時間で効率よく体を鍛える「亀トレ」を紹介する。動画が見られるQRコード付き。

#### 『あなたが払う税金は』

#### ざっくり言ってこれくらい！

磯山 仁志 / 著 清文社

年収600万円で払う税金はいくら？ 親から1000万円もらった場合に払う税金は？ 日常のよくある場面を題材として、税制の概要とそのおおよその税額を、複雑な説明や緻密な計算は抜きにして、ざっくりと紹介する。

### 児童書

#### 『せかいでいちばんのぼしよ』

ペトル・ホラチェック / 作  
いわじょうよしひと / 訳 BL出版



「ぼくらはらっぱは、せかいでいちばんのぼしよかな？」疑問に思ったうさぎは、「せかいでいちばんのぼしよ」を探す旅に出た。うさぎが見つけた答えは…？

#### 『オカビぼうやのちいさなぼうけん』

岸本真理子 / 作 長谷川義史 / 絵  
ひさかたチャイルド



ある朝、オカビぼうやが目覚めると、いつもならすぐそばにいるはずのお母さんがいません。ぼうやは「お母さんはどこ？」と言って、森のしげみを抜けだし、お母さんを探しますが…。オカビ坊やの成長を描いた穴あきしかけ絵本。

#### 『よそんちの子』

いとう みく / 文 池辺 葵 / 絵  
ほるぷ出版

小学1年生のなこの家に、4歳のかなちゃんが一人でやってきました。かなちゃんのお母さんが手術をするためです。でも家族みんなが、かなちゃんばかりをひいきするので、なこは悲しくなって家出をすることに…。

#### 『やる気脳のつくり方』

池谷 裕二 / 監修 オゼキ イサム / 絵  
日本図書センター

そもそも「やる気」ってどんなもの？ 3日ぼうずになるのはどうして？ 脳のなかにある4つのやる気スイッチとは？ 脳研究者の池谷裕二先生が、脳がやる気を生み出すしくみとやる気アップ術を紹介する。クイズも収録。

[引用] T R C 株式会社図書館流通センター

## 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、4月28日(木)【整理日】

※学習機の利用は、3部入替制です。おひとりさま1日1部(2時間)までの利用をお願いします。

それ以外の時間は消毒・換気を行うため利用できません。

第1部 午前10時～正午 / 第2部 午後1時～3時 / 第3部 午後4時～閉館まで



ホームページ  
QRコード