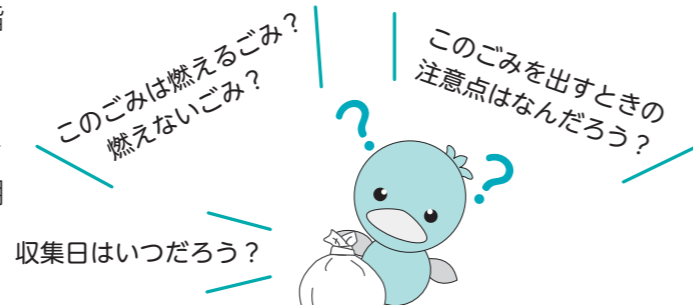


## 「ごみ分別アプリ」を無料配信中です！

「ごみ分別アプリ」では、検索機能によるごみの分別方法や出し方の確認、収集日を指定の時間にお知らせするアラート機能があります。

無料でご利用できますので、スマートフォンやタブレット端末を使って、ぜひ、ご活用ください。

こんな経験ありませんか？



### ▼アプリの主な機能紹介

- ごみ分別辞典……ごみの分別方法・出し方・注意点などを確認できます。
- ごみの出し方……ごみの種類ごとに出し方を確認できます。
- カレンダー……収集日を週ごと・月ごとに確認できます。
- アラート設定……収集日を前日や当日の指定した時間にお知らせします。
- よくある質問……Q & A形式で、よくお問い合わせいただく質問を確認できます。
- お知らせ……町からのお知らせを確認できます。

▼インストールはこちら



Android用



iOS用



～ 大丈夫 ～

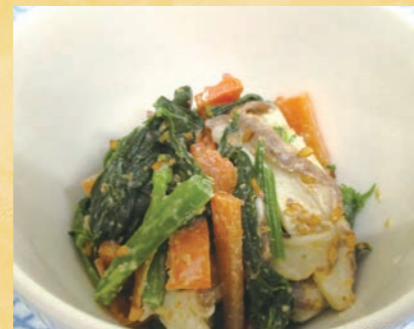
右手を左胸から右胸へあてる



(出典：わたしたちの手話(1) / (一財)全日本ろうあ連盟発行)

## お手軽クッキング 270

### ほうれん草としいたけのみそマヨサラダ



#### 材料 (4人分)

- ほうれん草……………200g
- しいたけ……………4枚
- 人参……………80g
- みそ……………大さじ1
- ① マヨネーズ…大さじ1
- すりごま……………大さじ1

1人当たり

エネルギー	塩分
60kcal	0.6g

#### 作り方

- ① ほうれん草を色よく茹でて冷水にとり、水けを絞って3cm長さに切る。
- ② しいたけは薄切り、人参は細切りにし茹でて冷ます。
- ③ ①を混ぜ合わせ、②と和える。

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

#### 『死んでしまえば最愛の人』

小川 有里 / 著 草思社



92歳のシゲちゃんに13歳年下の彼氏ができた。コロナ禍も彼はせっせと弁当を買ってきてくれたけれど…。今どきの60代～90代の実話をもとにした、年齢をとる良さを綴った書き下ろし短編小説集。

#### 『グリム童話の料理帳』

ロバート・トゥーズリー・アンダーソン / 著 森嶋マリ / 訳 原書房



世界中の子どもたちに愛されつづけるグリム童話。「赤ずきん」のソーセージ、「ラプンツェル」のサラダ、「白雪姫」のクッキーなど、その世界を楽しむための50以上のレシピを紹介する。

#### 『アルプスの少女ハイジの料理帳』

イザベル・ファルコニエ / 著 アンヌ・マルティネッティ / 著 金丸 啓子 / 訳 原書房

ペーターのスープ、おじいさんの大鍋煮込み、溶かしチーズのラクレット、ブリギッテのおやつ…。世界中で愛される児童文学「アルプスの少女ハイジ」の世界を解説し、登場する料理・お菓子のレシピを紹介する。

#### 『煩惱』

山下 紘加 / 著 河出書房新社

中学生の頃からずっとふたりでひとつだった安奈が、恋をしていると知った私は…。過剰に重ねる描写が圧倒的熱量をもって人間の愚かさをあぶり出す、破壊的青春小説。『文藝』掲載を単行本化。

### 児童書

#### 『ひこうじょうのはたらくるまたち』

シェリー・ダスキー・リンカー / 文 AG. フォード / 絵 福本 友美子 / 訳 ひさかたチャイルド



今日から始まる仕事は、飛行場の工事。新しい滑走路と建物をつくるんだ。飛行場には、初めて出会うはたらくるまたちが11台。さあ、がんばるぞ！ 乗り物が大好きな子どもに贈る「おやすみ、はたらくるまたち」シリーズ。

#### 『月さんとザザさん』

角野 栄子 / 作・絵 小学館



歩く家「スミコさん」で一人暮らしするザザさんは、毎日朝から晩までもんくばかり言っているひねくれ者。そんなザザさんのところに、月さんは気まぐれにやってきて、おもしろい話をしてくれて…。ゆかいな物語。

#### 『小学生のお菓子ブック』ぜんぶひとりでできちゃう！

星野 奈々子 / 著 家の光協会

チョコレートバナナパフェ、ミルクプリン、バームクーヘン、バイクドチーズケーキ…。大きな写真で、人気のお菓子を子どもがひとりで作れるようにわかりやすく解説する。お菓子作りの基本や、よく使う材料なども紹介。

#### 『即伸びキッズストレッチ』

「やわらかくなりたい！」をたちまちなえる 村山 巧 / 著 大和書房

運動パフォーマンスが一気に上がる！ ふだん運動をしていないのにすぐにやわらかくなった、手のひらが床についたなど、5分で変化が実感できる即伸びストレッチを紹介する。動画のQRコード付き。本体は背表紙なし糸綴じ。

[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、2月4日(日)【リレーマラソン】、2月19日(月)～26日(月)【蔵書点検】、2月29日(休)【整理日】



ホームページ QRコード