

金婚・ダイヤモンド婚を迎えるご夫婦の皆さんへ

町では、今年度、金婚（結婚50年）・ダイヤモンド婚（結婚60年）を迎えるご夫婦をお祝いし、記念品を贈呈します。

該当するご夫婦は、6月21日(金)までに介護福祉課 介護高齢者係にご連絡をお願いします。

なお、ご連絡いただけない場合は、記念品を贈呈することができませんので、忘れずにご連絡ください。

◆金婚（結婚50年）

昭和49年4月1日から昭和50年3月31日までの間に婚姻の届出をされたご夫婦

◆ダイヤモンド婚（結婚60年）

昭和39年4月1日から昭和40年3月31日までの間に婚姻の届出をされたご夫婦

問合せ＝介護福祉課 介護高齢者係 ☎76-5132

5月31日は、世界禁煙デー

禁煙週間 5月31日～6月6日



5月31日は、WHO（世界保健機関）により定められた「世界禁煙デー」です。

また、厚生労働省では毎年5月31日から6月6日を「禁煙週間」と定めています。

生活習慣病や肺がんなど、深刻な健康被害の原因となる喫煙。受動喫煙によって非喫煙者の健康が損なわれることも問題となっています。自分のために、周りの人のために、禁煙に取り組んでみませんか？

ワンポイント手話講座 254

～ 楽しい ～

両手を胸に当てて交互に上下させる



（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 277

豚キムチ豆腐



材料（4人分）

- 豚もも肉……………240g
- 木綿豆腐……………600g
- 白菜キムチ……………120g
- しらたき……………200g
- ねぎ……………80g
- にんじん……………120g
- だし汁……………300ml

- しょうゆ……………小さじ4
- ④ 砂糖……………大さじ2
- 酒……………大さじ2

作り方

- ① 豚肉は食べやすい大きさに切る。
- ② 豆腐とキムチは食べやすい大きさに切る。
- ③ しらたきは食べやすい長さに切り、熱湯をかけ、水けをよくきる。
- ④ ねぎは斜め切りにする。にんじんは短冊切りにする。
- ⑤ 鍋にだし汁を入れ煮たて、にんじんを加えて煮る。
- ⑥ 火が通ったら①②③を加えて煮、④を加えて調味してさらに煮る。
- ⑦ ねぎを加えてひと煮立ちさせ、火を止める。

1人当たり	
エネルギー	塩分
276kcal	2.1g

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】住民保険課 健康推進係 ☎76-1366

森の図書館だより

雨の日など、図書館に来館する際や車から移動する時などに、本・雑誌・資料などが濡れないようにご注意ください。

新しい本を紹介します。

一般書

『シャーロック・ホームズの凱旋』

森見 登美彦 / 著 中央公論新社



舞台はヴィクトリア朝京都。洛中洛外に名を轟かせた名探偵ホームズが…まさかの大スランプ!? ホームズとワトソンはこの摩訶不思議な大迷宮(スランプ)を抜け出せるか-。『小説BOC』連載を改稿し単行本化。

『老いの上機嫌』90代！ 笑う門には福来る

樋口 恵子 / 著 中央公論新社



ヒグチさん91歳、ヨタヘ口期を前向きに実況中継！ 物忘れ防止術、転んで顔面5色事件、89歳の乳がん手術…。トホホな日常をアハハに変える、ご機嫌のヒント満載エッセイ。『婦人公論』掲載と書き下ろしを合わせ単行本化。

『こんまり流今よりもっと人生がときめく77のヒント』

近藤 麻理恵 / 著 匠書房

叶えたいことを全部実現させて、今よりもっとときめく人生を送るには。「理想の暮らしを限界まで妄想する」「人間関係を片づける」「成長途中の自分を楽しむ」など、77のヒントを紹介。書き込み式ワークあり。

『15歳からのリーダー養成講座』改革のカリスマ直伝！

Autonomy, Dialogue and Creation

工藤 勇一 / 著 幻冬舎

リーダーシップとは何かから、チームのまとめ方、プロジェクトの進め方、対立の解消の仕方、人の心に届く言葉の選び方まで、リーダーになるための基本を紹介する。横浜創英中学・高等学校の特別授業をもとに書籍化。

児童書

『もっとまざっちゃおう！』

アリー・チャン / 作・絵 小栗 左多里 / 訳
トニー・ラズロ / 訳 フレーベル館



色たちは「まざっちゃおう」って決めて、それぞれ新しい家族や仲間たちをつくった。だけど、その色や形や大きさの違いで、一緒にいらなくなることも…。多様性社会のその先を描く絵本。「まざっちゃおう！」の続編。

『あした話したくなる大人も知らないことばの世界』

小林 実 / 文 林 明子 / 絵 福音館書店



パフェは完璧なデザートという意味!? ものさしと定規はちがうもの!? ファスナーとジッパーは同じ!? 思わず誰かに教えたいくなる、ことばのヒミツを紹介する。

『ねえねえ、きょうのおはなしは…』世界の楽しいむかしばなし

大塚 勇三 / 再話・訳 PEIACO / 画 福音館書店

日本の子どもたちに、世界の昔話や創作児童文学を紹介しつづけてきた大塚勇三が、雑誌や単行本で発表したよりすぐりのお話を紹介。グリム童話や北欧の昔話など、全20話を収録する。

『小学生がお菓子を作れるようになる本』はじめてでもできる！

りんか / 著 あんな / 著 大和書房

グミやマフィン、パンケーキなどの定番から、お店みたいなショートケーキまで。子どもにも大人にも人気のお菓子が作れる、失敗知らずのレシピを紹介。作り方はプロセス写真でわかりやすく説明する。

【引用】TRC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、5月31日(金)【整理日】



ホームページ QRコード