

危険！ 近づかないで！！

水路・ため池に 近づかないで！



全国各地で、水路やため池における転落事故が多発しています。水路やため池への立ち入りは危険ですので、近づかないようにしてください。

特に、子どもや高齢者については、保護者や地域ぐるみでの見守りにより、事故が起こらないよう声かけをお願いします。

大雨に備えて

排水路の堰板を 外してください

近年の台風やゲリラ豪雨により、排水路があふれて、水路法面や隣接する農地が損傷する事例が多発しています。その原因の一つとして、排水路に設置してある堰板が考えられます。

堰板の設置者は責任をもって管理し、大雨時に適切に排水ができるよう、堰板を外すなどの対応をお願いします。

なお、その際には、台風や豪雨の到来前に、身の回りの安全を確保したうえでの作業をお願いします。

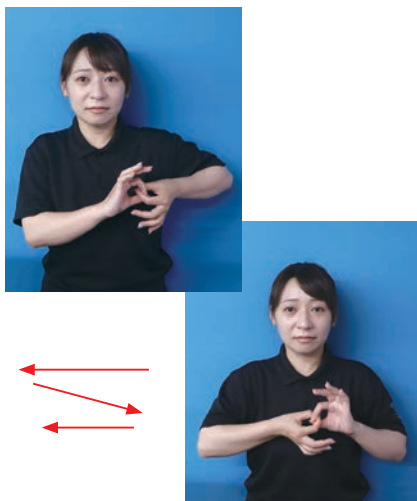


▲堰板が設置してある排水路



～ オリンピック ～

2本の指を交互に結び合わせ
五輪のマークを作る



出典：(一財)全日本ろうあ連盟
発行『わたしたちの手話 (1)』



お手軽クッキング 280

サバ缶のペペロンチーノ

材 料 (2人分)

スパゲティ…………… 160g
サバ水煮缶…………… 150g
玉ねぎ…………… 100g
にんにく…………… 1片
パセリ…………… 20g
素焼きアーモンド… 20粒
唐辛子…………… 1/2本
オリーブオイル…大さじ 1
水…………… 50ml
粉チーズ……………大さじ 1
塩……………適量



1人当たり

エネルギー	塩分
561kcal	0.9g

作り方

- ① 塩を加えた湯でスパゲティを表示より2分短くゆでる。
- ② 玉ねぎは薄切りにし、にんにくは粗みじん切りにする。
- ③ パセリはみじん切りにし、アーモンドは細かく砕いておく。サバ水煮缶は汁気をきっておく。
- ④ フライパンにオリーブオイルを熱し②と唐辛子を入れて炒める。
- ⑤ ゆであがったスパゲティと③、水50mlを加えて、軽くサバをくずしながら炒め合わせる。器に盛り、粉チーズをふる。

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】住民保険課 健康推進係 ☎76-1366

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。

森の図書館だより

新しい本を紹介します。

一般書

『川のある街』

江國 香織 / 著 朝日新聞出版



ひとが暮らすところには、いつも川が流れている。人生の3つの＜時間＞を川の流れる3つの＜場所＞から描く、生きとし生けるものを温かく包みこむ慈愛の物語。『小説トリッパー』掲載を単行本化。

『定食屋「雑」』

原田 ひ香 / 著 双葉社

真面目でしっかり者の沙也加。丁寧な暮らしと健康的な手料理で夫を支えていたが、突然、夫から離婚を切り出された。理由を隠す夫の浮気を疑い、頻繁に夫が立ち寄る定食屋「雑」を偵察することに…。『小説推理』掲載を書籍化。

『ぜんぶわかる高齢者のリハビリ事典』

進め方と注意点が図解でわかる
宮越 浩一 / 監修 成美堂出版



健康寿命を延ばす上で欠かせない、高齢者のリハビリの進め方と注意点を、豊富なカラー図版とともに解説。高齢者に多い脳神経、骨・関節、内科系の疾患別に、推奨度が高いものを厳選して収録する。

『心と体をととのえるハーブボール』

永田 舞 / 著 出版：ワニ・プラス ワニブックス(発売)

数種類のハーブを布に包み、温かく蒸したものを全身に押しあてるハーブボールは、全身を温めてくれる「ハーブの灸」のようなもの。基本の作り方、お悩み別のレシピ、自宅で簡単にできるセルフケア方法を紹介する。

児童書

『オバケや』

富安 陽子 / 文 鈴木 のりたけ / 絵 小学館



手にはしゃくじょう、腰にはひょうたん、背中にはどっさりつぽを担いで、オバケやがやってきます。オバケやの仕事は、オバケを捕まえること。頭の上に風船みたいに浮かんでいるのは、オバケやが捕まえたオバケたちで…。

『パンダのおさじとふりかけパンダ』

柴田 ケイコ / 作 ポプラ社

ふりかけパンダは、呪文ひとつでどんなごはんも「パンダごはん」に変える、不思議なふりかけ。でも、使い方を守らないと大変なことに…！小さなパンダのおさじが届ける、不思議で楽しいパンダ道具のおはなし。

『スナックこども』

令丈 ヒロ子 / 作 まつなが もえ / 絵 理論社



ムカムカ、イライラ。今夜はねむれない。そんなときは、あのお店に行こう！お母さんに怒られてモヤモヤしていたゆのんは、こどもしか知らない、「スナックこども」に行くことに…。

『ラナと竜の方舟』 沙漠の空に歌え

新藤 悦子 / 作 佐竹 美保 / 絵 理論社

ラナがたどり着いたのは、沙漠の中の＜蜃気楼の町＞。竜が、いのちの危険にさらされている子どもを救いだして連れてきたという。自分も危ないところを助けられたのだろうか。これからどうすればいいのか。ラナは自問するが…。

【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、8月30日(金)【整理日】



ホームページ
QRコード