

3月は自殺対策強化月間です

自殺対策強化月間にあわせて、各種相談窓口をご紹介します。一人で悩まずに、まずは相談してください。また、「いつもと様子が違う」と気にかかるかたが周りにいたときは、優しい声かけをお願いします。

電話相談 #いのち SOS (年中無休・24時間対応) ☎ **0120-061-338** (通話料無料)
 よりそいホットライン (年中無休・24時間対応) ☎ **0120-279-338** (通話料無料)

対面相談 公認心理師によるこころの相談 (予約制)
【日 時】 毎週月～金曜日 (祝日を除く) 午前9時～午後5時
【予約先】 住民保険課 健康推進係 (保健センター内) ☎ 76-2855

生きるのがしんどい あなたのための Web 空間 『かくれてしまえばいいのです』

『かくれてしまえばいいのです』は、生きるのがしんどいと感じている子ども・若者向けの Web 空間です。匿名・無料で24時間いつでも利用することができます。

☑ 『かくれてしまえばいいのです』は、
 こちらから入れます

【URL】 <https://kakurega.lifelink.or.jp/>



問合せ = 介護福祉課 社会福祉係 ☎ 76-5132

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

令和7年1月から12月までの森の図書館『貸出しベスト5』をご紹介します！

区分	一般書部門	児童書部門
1位	架空犯 東野 圭吾 / 著 (幻冬舎)	大ピンチずかん2 鈴木 のりたけ / 作 (小学館)
2位	カフネ 阿部 暁子 / 著 (講談社)	2冊同位 昆虫最強王図鑑 篠原 かをり / 監修 (学研プラス) 大ピンチずかん 鈴木 のりたけ / 作 (小学館)
3位	禁忌の子 山口 未桜 / 著 (東京創元社)	動物最強王図鑑 實吉 達郎 / 監修 (学研プラス)
4位	3冊同位 気の毒ばたらき 宮部 みゆき / 著 (PHP研究所) 恋とが愛とがやさしさなら 一穂 ミチ / 著 (小学館) 人魚が逃げた 青山 美智子 / 著 (PHP研究所)	2冊同位 異種最強王図鑑 實吉 達郎 / 監修 (学研プラス) いちごりら 麻生 かづこ / 作 (ポプラ社)
5位	3冊同位 クスノキの女神 東野 圭吾 / 著 (実業之日本社) 成瀬は信じた道をいく 宮島 未奈 / 著 (新潮社) 成瀬は天下を取りにいく 宮島 未奈 / 著 (新潮社)	2冊同位 おすしがあるひたびにてた 田中 達也 / 作 (白泉社) 妖怪最強王図鑑 多田 克己 / 監修 (学研プラス)

ワンポイント手話講座

ワンポイント手話講座は、動画での紹介にリニューアルしました！
 分かりやすく、楽しく手話を学べるよう、YouTubeでご覧いただける動画を配信しています。
 ぜひ、下のQRコードから動画をチェックしてみてください！



Youtubeチャンネル
 QRコード

※この動画は、児玉郡市共同で企画・作成したものを本庄市のYoutubeチャンネルに掲載しています。

お手軽クッキング 299

切干大根のはりはり漬け



材料 (4人分)

- 切干大根…………… 乾50g
- 人参…………… 20g
- ① ポン酢しょうゆ 大さじ2
- ② ラー油…………… 小さじ1/3

作り方

- 切干大根はたっぷりの水につけてもみ、水をかえて全体がしっとりとなったら水けを絞る。
- 人参は千切りにする。
- ボールに①②を入れ、①を加えて混ぜ合わせる。

1人当たり	
エネルギー	塩分
45kcal	0.3g

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 ☎ 76-2855

図書館職員おススメ本

『失われた貌』 Lost Identity



櫻田 智也 / 著 新潮社

～図書館職員からのひとこと～
 年末のミステリーランキング3冠を達成！
 ミステリー好きにはたまらない一冊！
 ぜひお楽しみください！

『アイパー滝沢のポウシェット編み物道』

アイパー滝沢 / 著 日東書院本社

～図書館職員からのひとこと～
 埼玉県出身の芸人が織りなす編み物の世界。
 一風変わった作品の数々。
 楽しめること間違いなし！
 見た目のギャップにもぜひおどろいてください☆

『ミミナシホーイチ』

小泉 八雲 / 原作 円城 塔 / 翻案 長田 結花 / 絵 東 雅夫 / 編 岩崎書店



～図書館職員からのひとこと～
 今話題の小泉八雲作品。皆さんも一度はこの題名を聞いた事があるのでは!?
 いくつになっても何度読んでも楽しめる絵本になっています。

『むじな』

小泉 八雲 / 原作 田辺 青蛙 / 翻案 高島 那生 / 絵 東 雅夫 / 編 岩崎書店



問合せ = 森の図書館 ☎ 75-2055

【引用】 T R C 株式会社図書館流通センター

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、3月31日(火) 【整理日】



ホームページ
 QRコード