

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19日(金)までに介護福祉課 介護高齢者係にご連絡ください。
なお、ご連絡を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。

◆金婚（結婚 50 年）

昭和 51 年 4 月 1 日から昭和 52 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 41 年 4 月 1 日から昭和 42 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月と9月はあいさつ・ありがとう重点推進月間

あいさつ・ありがとう運動を推進します

「ありがとう」で広がる笑顔の輪



ワンポイント手話講座

ワンポイント手話講座は、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 301

あじ（鱈）の南蛮漬け



1人当たり	
エネルギー	塩分
239kcal	1.7g

材料 (4人分)

- あじ (3枚おろし) …… 4尾分
- 塩 …… ひとつまみ
- 片栗粉 …… 適量
- 玉ねぎ …… 1/2個
- 人参 …… 50g
- きゅうり …… 50g
- サラダ油 …… 適量
- しょうゆ …… 大さじ2
- 砂糖 …… 大さじ3
- 酢 …… 100ml
- 水 …… 大さじ3
- 赤唐辛子 (小口切り) …… 1~2本

作り方

- あじは半身を半分に分けて塩をまぶし、5分程おいたらキッチンペーパーなどで水気をとり、片栗粉を薄くまぶす。
- 玉ねぎ、人参、きゅうりはせん切りにする。
- ①を合わせて保存容器に入れ、②を入れる。
- 鍋に油を入れて170℃に加熱し、①を10分程揚げる。油をきって③に漬け、しばらくおいて味をなじませる。

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 ☎76-2855

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

『さいごにきみと笑うのだ』

ふうかと紡ぐふつうの日々とふつうじゃない幸せ

星野 真里 / 著 小学館



俳優・星野真里による、難病・先天性ミオパチーと闘う娘・ふうかと歩んだ10年間の記録。ふうかを中心とした家族の「ふつうじゃないけど、ふつうに幸せ」な日常を様々なテーマで綴る。

『ひまわりと銃弾』

麻宮 好 / 著 小学館



太平洋戦争前夜の昭和の浅草で、冴子・ハジメ・卓三は細々と演劇で口を糊していた。芸術芸能に対して検閲が厳しくなる中、卓三が兵役に取られた上、東京大空襲に巻き込まれた冴子とハジメ。戦後、奇跡的に生き残った2人は…。

『自分を幸せにする1分心ストレッチ』

不安やモヤモヤが消えて元気になれるココロチャージ

中野 左知子 / 著 あさ出版

自分のことを大切に、自分の価値を信じていることができるようになれば、もっと幸せな世界に生きることができる。心を整え、自分自身を幸せにする「1分心ストレッチ」を紹介する。

『大人の心と体を整える腸活薬膳のはじめ方』

ちづか みゆき / 著 翔泳社

薬膳に基づいた腸によい食生活を実践してきた著者が、大人の心と体を整える、腸活と薬膳を組み合わせる食べ方のセオリーを3ステップで解説。ほか、腸活以外に意識したい食事、腸活薬膳のアイデアレシピも紹介する。

児童書

『魔法のつららペン』

つららペンと氷の国

山崎 ナオコーラ / 作 アサバ マリエ / 絵 静山社



文字を書くことが苦手で悩んでいた小学4年生のゆきのは、ある日、橋の上でつららをひろった。右手にぴったりとペンのようにはまり、字を書いてみると、教科書のようなきれいな文字がすらすらと書けて…。

『すききらい』

中川 ひろたか / 作 かわしま ななえ / 絵 アリス館

ぼくがきらいなのは、なす、カラス、あたまを洗うこと。でもママは、すききらいしちゃうだめって言う。でも、きらいなものをすきになれるかな…？ たくさんの「好き」と「嫌い」の中で暮らしていることについて考えてみる絵本。

『ぼくの名前がきえないように』

パティスト・ポーリュウ / 文 チン・レン / 絵 ひがき ゆみ / 訳 ひさかたチャイルド



ぼくはフランスコ。「自分の意見には自信をもって」と大人は言うけれど、ぼくは友だちや家族に、自分の意見を言えないときがある。そんなある日、コートかけのぼくの名前がきえないように…。フランスの現役医師が贈る哲学絵本。

『2040年のハローワーク』

5分でわかる私たちの未来の仕事

図子 慧 / 著 KADOKAWA

「異世界転生ゲームの設定で、冒険者たちのジョブを現在につながる職業として考えてみよう」そんな授業を受けた中学生たちは自分の適職を考えることに…。性格タイプ別のおすすめ進路＆未来の職業予測付き。

(紹介文：TRC株式会社図書館流通センターより引用)

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23日(土)【小型家電回収】、5月29日(金)【整理日】



ホームページ QRコード