

「クリーン美里」町内一斉清掃のご協力ありがとうございました！

9月8日(日)、美里町内全域で、「クリーン美里」町内一斉清掃を実施しました。

多くのかたが参加し、空き缶などのごみ拾いや除草作業、カーブミラーや道路側溝の清掃などが行われました。

今回の清掃活動の結果、可燃ごみ800kg、不燃ごみ330kgのごみが集まりました。

きれいな町が維持できるよう、これからもご協力をお願いします。

「クリーン美里」町内一斉清掃は、町内事業者にもご協力いただいています。協力事業者は右記のとおりです。ご協力いただける事業者を随時募集しています。詳細は、問合せ先までご連絡ください。

町内の協力事業者（敬称略、順不同）

- ・東洋加工株式会社 美里工場
- ・社会福祉法人美里会
- ・サン電子株式会社 埼玉事業所
- ・ヘンミ計算尺株式会社 美里工場
- ・株式会社サンエー印刷 埼玉工場
- ・フレックス株式会社
- ・武州製菓株式会社 美里工場
- ・キヤノン電子株式会社
- ・株式会社日本製衡所
- ・岡村建興株式会社 本庄工場
- ・株式会社富士ダイカスト製作所



ワンポイント手話講座 259

～ バスケットボール ～

右手でボールをつき、両手でシュートするしぐさをする



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 282

小松菜と豚肉の炒め物



材料 (2人分)

- 豚肉(こま切れ) …… 200g
 ① しょうゆ …… 小さじ1
 料理酒 …… 小さじ1
 小麦粉 …… 大さじ1
 小松菜 …… 200g
 ごま油 …… 大さじ1/2
 ② しょうゆ …… 小さじ1
 オイスターソース …… 大さじ1
 みりん …… 大さじ1
 料理酒 …… 大さじ1

作り方

- ① 豚肉は食べやすい大きさに切り、①で下味をつけて小麦粉をまぶす。
- ② 小松菜は5cm長さに切り、葉と茎を分けて水にさらし水気をきる。
- ③ フライパンにごま油を熱し、①を強火で炒め、肉に火が通ったら、小松菜の茎を入れ1分ほど炒め、②を加えて30秒ほど炒め、さらに葉を加えてさつと炒める。

1人当たり	
エネルギー	塩分
265kcal	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

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

『笑う森』

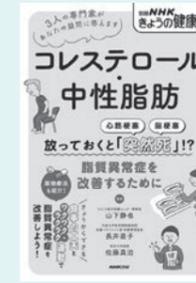
荻原 浩 / 著 新潮社



神森で5歳のASD児・真人が行方不明になった。無事に保護されるが「クマさんが助けてくれた」と語るのみ。真人の叔父・冬也の懸命な調査で、4人の男女と一緒にいたことは判明するが…。『週刊新潮』連載を単行本化。

『コレステロール・中性脂肪』放っておくと「突然死」!? 脂質異常症を改善するために

山下 静也 / 監修 長井 直子 / 監修 佐藤 真治 / 監修
 NHK出版(別冊NHKきょうの健康)



脂質異常症を放っておくと動脈硬化につながり、心筋梗塞などによる突然死を引き起こすリスクが高くなります。脂質異常症を改善するための食事や運動、薬物療法のポイントを、マンガやイラストでわかりやすく解説します。

『バタン島漂流記』

西條 奈加 / 著 光文社

船大工を志すものの挫折し、水夫に鞍替えした和久郎。ある航海の折、船が難破してしまう。船乗りたちは大海原のまっただ中に漂うほかない。だが、それは試練の始まりに過ぎなかった…。『ジャーロ』連載を加筆・修正。

『胃腸をあたためると心の不調が消える』

心も体も自然と元気になる食事と暮らし
 櫻井 大典 / 著 Gakken

食事と暮らしを“ちょっと変える”だけで、胃腸とメンタルは強くなる！ 漢方家が心の不調を改善する胃腸のあたため方や、胃腸をいたわる食べ方などを紹介。胃腸と心が元気になる食材料典、胃腸のお疲れ度チェックも収録。

児童書

『そらくんのすてきな給食』

きょうしよく
 竹内 早希子 / 作 木村 いこ / 絵 文研出版(えほんのもり)



小学1年生のそらくんには、食べもののアレルギーと苦手な食べ物があります。そらくんが安心して給食を食べられるように、そらくんの給食には工夫がされています…。食べもののアレルギーに関する解説やエピペンの使い方も掲載。

『こどもに聞かせる一日一話2』『母の友』特選童話集

福音館書店「母の友」編集部 / 編 福音館書店



「わにのカレー屋さん」「ピーナッツ、キュウリに会う」「うさぎのケーキ」「たまご」など、子どもと一緒に楽しめる、短くておもしろい童話30話を紹介します。生活文化雑誌『母の友』掲載を書籍化。

『たいせつなたまご』

キッチンミノル / 著 白泉社(コドモエのえほん)

鶏が産む卵は、一日にひとつだけ知っていましたか？ 養鶏場を泊まり込みで取材し、「たいせつなたまご」が私たちの食卓に届くまでを、生き生きとした写真とやさしいまなざしで伝える食育絵本。

『中学生からの絵本のトリセツ』

川口 かおる / 著 岩波書店(岩波ジュニアスタートブックス-ジュニスター)

絵本は、しあわせ探しの地図！ 絵本の仕事に携わっている著者が、「読む」以外の絵本の楽しみ方、使い方を、古今東西の絵本をとらえて紹介する。探究学習にも最適。

【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、10月6日(日)【臨時休館】、10月31日(木)【整理日】



ホームページ
 QRコード