

図書館だより

【開館時間】 平日：午前9時～午後7時
日曜日・祝日：午前9時～午後5時
◆問い合わせ 町立図書館 ☎82-3420 へどうぞ。

10							2019. Oct.							11							2019. Nov.						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
13	14	15	16	17	18	19	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	27	28	29	30	31		

■：休館日 ○：移動図書館運行日(場所は下表のとおり)

もっと本が好きになる 第6回やまだ図書館まつり開催

まつり期間中はリサイクルコーナーを設置し、コーナー内の本であれば何冊でもプレゼントします。

- ▷日時 10月26日(土)午前9時～午後5時
10月27日(日)午前9時～午後4時
- ▷内容 ▶山田のお魚クイズ▶アニメDVD上映▶本のリサイクルコーナー▶「第3回図書館はかせへの道 この本をさがせ！」目標達成者の写真掲示▶スタンプラリー▶年間貸出ランキング発表

図書館まつりイベント

やまだ図書館まつりのイベントとして「所蔵マンガ貸出無制限」を行います。期間中何冊でもマンガを借りることができますので、ぜひご利用ください。
▷期間 10月12日(土)～20日(日)

お話しゅうたんへお越しください

町内の読書ボランティアによる絵本の読み聞かせ会です。ご家族やおともだちと一緒にどうぞ。
▷開催日 10月20日(日)、11月17日(日)
▷時間 午前10時半から

移動図書館運行予定表

到着時間 (55分滞在)	運行日・場所(仮設住宅)	
	10月4、18日 11月1、15日	10月9、23日 11月13、27日
午前9時半		猿神担い手
午前10時50分	山谷	町民グラウンド
午後1時20分	関口担い手	処理場予定地
午後2時45分	旧不動産コン第1	関谷担い手

※仮設住宅の集約で、浦の浜仮設団地の運行は中止になりました。

新刊図書PICKUP

■一般図書

- ・「後藤新平と五人の実業家」 後藤新平研究会編著
- ・「ケーキの切れない非行少年たち」 宮口幸治著
- ・「3歳からできるお片づけ習慣」 伊東裕美著
- ・「純喫茶レシピ」 高山かつえ著
- ・「海に生きた百姓たち」 渡辺尚志著
- ・「はじまりは、恋」 知花くらら著
- ・「夏物語」 川上未映子著

■児童書

- ・「さかさまたんけんたい」 すずきみほ作
- ・「なんでだろう」 テツandトモ作

- ▽日時 10月6日(日) 午後2時半～4時半頃
- ▽場所 山田町まちなか交流センター2階
- ▽対象 小学生以上の町民
- ▽定員 25人
- ▽持ち物など 汚れてもいい服装、タオル
- ▽申込期限 10月5日
- ◎ニュースポーツ、グランドゴルフをみんなで楽しもう
- ニユースポーツやグランドゴルフを家族や友達と一緒に楽しみたい。参加を希望する人は直接会場にお越しください。
- ▽日程 ▼10月6日(日)：保健センター12階 ▼10月20日(日)

やまだわんびいす
イベントのおしらせ

◎小久慈焼でマイ陶器を作ろう
『あまちゃん』でもおなじみの小久慈焼でオリジナル作品を作りませんか。

▽日時 10月6日(日)
午後2時半～4時半頃

▽場所 山田町まちなか交流センター2階

▽対象 小学生以上の町民

▽定員 25人

▽持ち物など 汚れてもいい服装、タオル

▽申込期限 10月5日

◎ニュースポーツ、グランドゴルフをみんなで楽しもう

ニユースポーツやグランドゴルフを家族や友達と一緒に楽しみたい。参加を希望する人は直接会場にお越しください。

▽日程 ▼10月6日(日)：保健センター12階 ▼10月20日(日)

みんなのスペース

◆あて先・問い合わせ 〒028-1392 (住所不要) 山田町役場総務課情報係 ☎82-3111内線417) へ。

やまだ文芸広場

夕立のあと重き尾を曳く雀かな
夕焼けの赤に吸われて透明の羽より溶けてゆけあかとはな
井の中のかわずと吾を評せしが井の中のかわず居心地や如何に

内館 洋一(飯岡・76)

感謝

新盆に、病んだ年月二桁なれど、現役当時の皆様が、思い出話を連れて来て、亡夫の話題に華が咲き遺影の彼も微笑んで！改めて、故人の心情を偲び、陰でそっと涙を拭きながら、深く心に染みましました。

ありがとございます 合掌

佐藤 和(豊間根・73)



西川 太一さん（飯岡・23）

一人ひとりに寄り添う仕事を

理学療法士として町内の医療施設で働く西川太一さん。関東の大学で知識と技術を学び、就職を機に、今年山田に帰ってきました。現在は訪問や外来のリハビリを担当しています。

進むにつけに変わりました。仕事で心掛けていることは、患者さんと笑顔でコミュニケーションをとることだそう。大変なりハビリだからこそ、患者さんに笑顔で接し、リラックスしてもらえようという心掛けています」とニコニコ。また「患者さん一人ひとり症状は違います。その人に合ったリハビリをしてもらうことが重要で、今も勉強の日々です」と熱心に仕事に打ち込んでいます。

転換につなげているようです。今後の目標を「山田のリハビリを担っていきたい」と、話す西川さん。「一人ひとりに合ったリハビリができるように勉強をして、患者さんを支えていきたい」と、今後の抱負を語りました。

キッチンスタジオ No.127

ハーモニー

このコーナーでは、町栄養士や山田町食生活改善推進員連絡協議会の皆さんが手軽に作れるお弁当や郷土料理、旬の食材を使った料理などをご紹介します。今回は「鮭のコチュマヨ」です。

【材料（2人分）】

生鮭（切り身）…2切れ 塩コショウ…少々 酒…大さじ1 サラダ油…大さじ2 水菜…適量 パプリカ（赤）…適量 粗びきコショウ…少々
 A {溶き卵…1/2個分 片栗粉…大さじ3}
 B {マヨネーズ…大さじ3と1/2 ケチャップ…大さじ1/2 コチュジャン…大さじ1 砂糖…大さじ1/3~1/2 にんにく（チューブ）…適量}

【作り方】

- ①生鮭は骨を取って食べやすい大きさに切り、塩コショウ、酒をまぶして水気をふき取り、合わせたAに絡める。
- ②フライパンにサラダ油を熱し、①を両面こんがり焼く。
- ③ボウルにBを混ぜ合わせ、②を加えて和える。
- ④器にざく切りにした水菜と、千切りにしたパプリカを敷く。その上に③を乗せ、粗びきコショウを振ったら出来上がり！

【ポイント】

塩鮭を使う場合は、酒を入れた水に鮭の切り身を

鮭のコチュマヨ



1人あたりのカロリー 294Kcal、塩分2.1g

10~15分ほど漬けて塩抜きをしてから、塩コショウは使わずに作ってください。

鮭の切り身の赤い色素にはアスタキサンチンと呼ばれる、抗酸化作用のある栄養素がたくさん含まれています。抗酸化作用とは、体の老化防止のこと！旬の鮭を食べて若さを保ちましょう！