

# 給食大好き



## 枝豆と鮭の さっぱり寿司

気温が高いと食欲がなくなり、台所に立つて食事の仕度もおっくうになりますね。そのような時に、見た目がきれいで、手軽に出来るお寿司を紹介しましょう。

### (作り方)

米は、同量の水で炊き、合わせ酢を混ぜる。  
むき枝豆は、塩を入れた湯で茹でておく。ホールコーンもさつと湯を通す。

むき枝豆の代わりにさや付の枝豆を使う場合は、倍の分量にしてください。ホールコーンは、冷凍でも缶詰でもよいです。  
ピンク・グリーン・イエローのきれいなお寿司です。



寿司ごはんには枝豆・鮭フレーク・ホールコーンを混ぜる。  
器に盛り、白いりごまときざみのりを散らす。

### 材料(4人分)

- 米 .....320g(2カップ)
- 合わせ酢
- 砂糖 .....24g(大さじ2.5)
- 米酢 .....52g(大さじ3.5)
- 塩.....4g(小さじ1)
- むき枝豆.....60g
- 塩.....2g
- 鮭フレーク .....120g
- ホールコーン.....20g
- きざみのり.....8g
- 白いりごま...4g(小さじ2)



# なかま

## 楽しく和気あいあい 下羽栗ナインパッチ



私たちのサークルは、生涯学習講座からスタートして「ナインパッチ」というサークルを立ち上げました。季節に合わせてバッグや小物・タペストリーを先生のご指導を受けながら作っています。

年一回、パッチワークキルト展にも参加しています。作品が出来上がった時の気持ちや手作りの温かさを是非、皆さんも生活の中に取り入れて楽しんでみませんか。興味のあるかたは、一度見にお出かけください。連絡をお待ちしています。

【活動日】 毎月第1・3月曜日

午前9時30分

11時30分

【場所】 下羽栗会館

【連絡先】 江川 酒井 矩子宅

☎ 387・1502

### 降臨の群れ

一般

著者 船戸 与一  
発行 集英社



アジアの火薬庫、インドネシア・アンボン島。イスラム教徒とキリスト教徒の抗争、アルカイダの暗躍など、今の国勢情勢とイスラム原理が根底に渦巻く社会を舞台に描いた冒険小説。

### 時の町の伝説

児童

著者 ダッチャウン・シリン  
発行 徳間書店



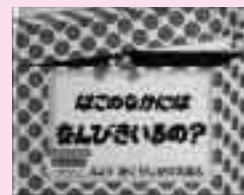
列車で疎開先に向かう途中、11歳の少女ヴィヴィアンは、不思議な少年に時を越えた別世界の「時の町」にさらわれてしまう。この不思議な「時の町」と様々な歴史の世界とを軸に活躍する子どもたちを描く冒険ファンタジー。

### はこのなかにはなんびきいるの?



絵本

著者 デビッド・A・カーター  
発行 大日本絵画



この絵本の中には、いろいろな形の箱があって、その箱を開けると面白い虫たちが現れてきます。箱の中にいる虫たちは、順番に1から10までの数で現れるようになっています。ページをめくるのが楽しい仕掛け絵本です。

## 本の紹介

図書館の今月の休日は、9月30日(木)です。

中央公民館・松枝公民館・総合会館の図書室には、毎週新しい本が入ってきます。新着本は、ホームページの蔵書検索からご覧いただけます。