

私の命はあなたの命より軽い
近藤史恵著、講談社



夫が突如ドバイへ赴任することになったため、大阪の実家に戻った出産間近の遼子は、両親と妹の間に会話がなかったことに気がつく。やがて、家族を襲った出来事が明らかに…。「メフィスト」掲載を単行本化。

からだにいいお麴のレシピ帖
牧野直子著、池田書店



お麴カツ、車麴クロックマダム、厚焼き麴玉子、ちくわ麴ラスク…。定番料理からカフェごはん、おつまみ、スイーツまで、低カロリー＆高たんぱくの日本の伝統食材・お麴を使ったレシピを紹介。

インデックス
菅田哲也著、光文社



所轄に異動したことで、姫川玲子が扱う事件の幅は広がった。事件捜査の日々のなか、本部復帰のチャンスを掴んだ玲子。気になるのはあの頃の仲間うち誰を引っ張り上げられるのか。「小説宝石」掲載を単行本化。

NEW BOOKS COMING UP

弘前図書館近着図書紹介

はじめての保育園
保育園を考える親の会編、主婦と生活社



先輩ママの声と豊富なデータを集めた安心ガイド。いい保育園の選び方、急な残業のときの迎えなど、保育園にまつわるさまざまな疑問・不安に具体的に答える。「子ども・子育て支援新制度」に対応。

こぶたのぶーぶ
西内ミナミ作、真島節子絵、福音館書店



散らかった家のそうじをはじめたぶーぶですが、棚からケチャップやマヨネーズが振りかかってきて…。「たいへんな大そうじ」など、林の中の一軒家に暮らすこぶたのぶーぶを描く全7編を収録。

弘前図書館 DATA

月曜日も開館しています

▽開館時間 平日…午前9時半～午後7時／土・日曜日、祝日…午前9時半～午後5時
▽ところ 下白銀町（追手門広場内）
▽休館日 毎月第3木曜日（祝日の場合は翌日に振替）、年末年始、蔵書点検期間
※1月の休館日は1日～3日と15日です。
☎32・3794



どしどし応募を！

2月1日号の投稿募集

◎読者のひろばお便りテーマ

「受験」

…受験での思い出や、受験生への思いなど、「受験」にまつわるエピソードをお寄せください。身近で起きた出来事など、テーマ以外でも構いません。

◎川柳のお題「風」

…お題から自由に発想して、一句ひねってみてください。

▼応募方法 次の事項を記入し、1月9日（必着）までに、郵送、持参、ファクスまたはEメールで応募を。

①住所・氏名・ペンネーム（希望者のみ）・電話番号

※氏名・ペンネームにはふりがなを。
②お便りタイトル・エピソードなど（200字程度）または川柳（1人一句まで）

※なお、応募多数の場合は、採用されない場合もあります。

▼問い合わせ・応募先 広聴広報課（〒036・8551、上白銀町1の1、市役所3階、窓口308、☎35・1194、ファクス35・0080、Eメール kouhou@city.hirosaki.lg.jp）

お詫びと訂正

広報ひろさき 12月1日号の31ページに掲載した「さらっと一句・川柳」の「今月のお題」に「足」とあるのは「今」の誤りでした。

お詫びして訂正します。

☎広聴広報課（☎35・1194）

編集後記

▶今号の特集「ステキな出会い、探しませんか」で掲載したかったことが…。とあるプロレスラーが試合後に観客に対し「愛してます」と叫びます。個人的にですが、すごく心に響きます。「愛」を口にするのは恥ずかしいと思いますが、「愛してます」と言ってみませんか。恋人、夫、妻、子ども、好きな人…。相手によるとと思いますが、心に響くかも…。（原）

さらっと一句・川柳

今月のお題

「年」

選・広聴広報課

年輪を刻んで拝む初日の出
年初め決意もあらた宮参り
煽てられ年を聞かれて鯖をよむ
年賀状なかなか切れぬ気の弱さ
うっかりと言ってしまった今年こそ
風を切り新券とびかうお年玉
老いて尚夢を絶やさぬ初詣
年過ぎ神社と呑み屋梯子する

藤代 藤子
福士 長五郎
格 和代
稲見 則彦
清藤 和賀子
城子
豊田 昭二
長利 三窓

年新た祝う至福の箸二膳
家族増え添え書き嬉し年賀状
年月を重ねて増えたシワと友
年始め炬燵を囲み夢談義
年明けて女神ほほえむ津軽富士
青年の眉目凛とし二度見する
「まえ」と書き「さき」と読む地に住み1年
来る年の先は見えぬが明日はあり
年輪や太古の滴撫に生き
つるし柿日に日に色増す年の暮れ
さばを読むハードル年々高き増し
今年こそ立てた願いもままならぬ
鏡見る又一本の年輪が
賀状には生きていますと自筆する
年だとは思えど言われりや腹が立つ

豊田 巨
工藤 京子
長尾 美津子
鎌田 テル
一戸 一彦
増尾 多恵子
今日燦々
長内 よう子
村長
ふっこ
琵琶子
米沢 恵子
涼
神 夢
仁志 参

※川柳は、すべて応募者の表記にしたがっているため、一部当て字などで表記する場合があります。

食改さん
おすすめ
レシピ
File.37

お正月におすすめのレシピ さつま芋の茶巾しばり

さつま芋とりんごでお正月の1品にいかがでしょうか。
今年も健康で良い年を過ごせますように。

弘前市食生活改善推進員会

材料（8個分）

さつま芋……………300g
バター……………20g
A 砂糖……………20g
生クリーム……………20g
（生クリームの代わりに牛乳でも可）
りんご（混ぜ用）……………1/4個
りんご（飾り用）……………1/8個

①さつま芋は1cm幅くらいの輪切りにし、皮を厚めにむいたら水にさらして、あく抜きをする。混ぜ用のりんごは、よく洗い皮ごと細かくうす切りにする。飾り用のりんごは、皮付きのうすくイチヨウ切りにしたものを8枚作り変色しないように、水にさらしておく。
②なべにさつま芋とかぶるくらいの水を入れ、柔らかくなるまで煮る。（電子レンジの場合は、600Wで8～9分加熱する）湯を捨て、熱いうちにフォークまたはマッシャーで丁寧につぶし、Aの材料と混ぜ用りんごを加えよく混ぜる。
③8等分し、ラップで包み茶巾型になるよう絞りながら丸める。
飾り用りんごを上のにせて出来上がり。



■1人分の栄養価 エネルギー／93kcal、タンパク質／0.5g、脂質／3.2g、カルシウム／17g