

閉店屋五郎  
原宏一著、文藝春秋



115キロの巨体に楽天イーグルスのキャップがトレードマークの五郎は、トラブルに巻き込まれてばかり。猪突猛進バツイチ男の活躍を描く人情小説。『オール讀物』掲載を単行本化。

明日着る服  
高階百合子著、日本ヴォーグ社



素材を替え、色を替え、コーディネートが楽しくなる！カシュクールワンピース、ミモレ丈スカート、クロップドパンツなど、立体裁断による大人服の作り方を紹介。

空色バウムクーヘン  
吉野万里子著、徳間書店



やせっぽちな鏡池若葉の夢はお笑い芸人。高校に入学して待望の相方と出会えた、その直後、ウエイトリフティング部に引きずり込まれるハプニングが発生し…。『読楽』連載を単行本化。

NEW BOOKS COMING UP

弘前図書館近着図書紹介

おむかえまだかな  
おかだちあき絵、学研教育出版



かなちゃんが、夕方の園でおむかえを待っている間、ぬいぐるみのクマちゃんとおはなししていると…。おむかえを待つ子の空想と、ちょっぴり心細い気持ちを繊細なタッチで描いた絵本。

狐さんの恋活  
北夏輝著、講談社



眼鏡美少女春菜との恋のため、職探しを始めた狐さん。一方、以前、狐さんを振った女子大生ビンバはその理由が勘違いと知り、思いをふくらませて…。『恋都の狐さん』シリーズ完結。

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（6月17日～26日）  
☎32・3794



どしどし  
応募を！

7月1日号の投稿募集

◎読者のひろばお便りテーマ  
「音楽」

…よく聴くお気に入りの音楽や、「この歌で人生が変わった」など、「音楽」にまつわるエピソードをお寄せください。

◎川柳のお題「恋」

…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、6月10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）

さらっと一句・川柳

今月のお題「天」

選・広聴広報課

世を拗ねて天の邪鬼ぶる爺元氣  
人生は晴天雨天交錯す  
見納めの天守に別れまた会おう  
笑顔達天まで届け泰平だ  
古女房勘定奉行天下取る  
天窓の日差しやわらか五月晴れ  
天寿には食べて笑ってよく眠る  
天守はまつり長くて意気盛ん

村長 格和代  
閑柳人 小山内 真由美  
遊季 一戸 勇  
工藤 澄雄  
くろがたき

楽天の地元親戦待ち望む  
夏日続き天をにらんで雨を待つ  
ちるさくら池を見下ろす天守閣  
天下り先は息子の住む都会  
天災の絶え間が無くて地球病む  
天の川仰ぐあの星ちとはは  
天つゆにパシヤリとケータイ落としけり  
目立たない天才あまた其処此処に  
天花粉何のことかと若い人  
お堀より天守望みし春爛漫  
天引きにならされなれて減る年金  
天井の龍と語らう古寺の旅  
天敵が留守のあいだに服を買  
草競馬すべて外して天仰ぐ  
春の香を天麩羅にして友を待つ

藤代 藤子  
長内 よう子  
兼子 智恵子  
吉川 ひとし  
増尾 多恵子  
稲見 則彦  
本田堂  
清藤 和賀子  
のんのん  
南風  
木村ヨシ  
城子  
畑中 秀子  
鈴木 英二郎  
ののじ

編集後記

▶ゴールデンウィークを利用して帰省した旧友と会いました。出会ってから十数年。年を重ねるごとに皆、結婚、育児、新居購入など話す内容も大人びてきますが、そんな話は最初だけ。気がつくといつも通りくだらない話で大笑い。帰省の度に連絡をくれ、気兼ねなく話し合える友人。大切な存在ですね。（大）

▶さくらまつりの取材をしました。公園に出向き、写真を撮りながら感じたことは、日々姿を変化させるこの弘前の美しい桜を毎日見ることが出来る幸せ。弘前に住んでいて良かったなど感じる瞬間です。美しい姿を保つために日々努力している桜守や関係者に感謝し、来年の桜を楽しみにしています。（柿）

※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.42

歯ごたえ抜群の野菜レシピ きゃべつカミカミ和え

弘前市食生活改善推進委員会

材料（4人分）  
きゃべつ……160g（葉3枚）  
にんじん……50g（3cm）  
きゅうり……80g（1本）  
みそ……小さじ2  
酢……小さじ2  
※ 白すりごま……小さじ2  
砂糖……小さじ1  
かつお節……2g

- ①きゃべつは一口大に切り、にんじんは皮をむき薄い短冊切りにし、ポウルに入れる。熱湯をヒタヒタになるまでかけ、1～2分おいて湯を捨て、そのまま冷ます。
- ②きゅうりは7～8mmの厚さに輪切りにし、塩少々（分量外）を加え塩もみする。しんなりしたら、さっと水洗いし水気をきる。
- ③ポウルに※の調味料を入れて混ぜ、水気をよくきったきゃべつ、人参、きゅうりを入れて和える。最後にかつお節を手で粉々にしてから加え軽く和えて出来上がり。



ポイント！

●野菜を湯通しすることで、歯ごたえを残しシャキシャキと、よく噛むことができるレシピで、肥満予防や高血糖の予防、血管の老化予防にも効果的です。よく噛むことで唾液を増やし、歯や口腔内、そして全身の健康につなげましょう。

■1人分の栄養量： エネルギー／38kcal、タンパク質／1.9g、カルシウム／47mg、食塩相当量／0.4g