

エビ 蛸ちゃんの

伝えたい！市の思い！



今回はヤマフクくんの
友達の私が紹介するよ！

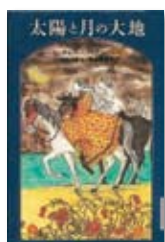
蛸ちゃん（蛸名副市長!）が、市の行っているいろいろな取り組みとそれにかける思いをわかりやすく伝えます。

きたきつねとしろふくろうたすけあう
手島圭三郎 絵・文 絵本塾出版



きたきつねは、しろふくろうの食べ残しをもらい厳しい冬をしのいでいました。ある日、しろふくろうがからすに襲われていました。その時…。自然の中でたくましく生きる動物の物語。

太陽と月の大地
コンチャ・ロバス=ナルバエス 著 宇野和美 訳
松本里美 画 福音館書店



キリスト教徒の伯爵令嬢マリアと、イスラム教徒であり、伯爵家に長年仕える一家の息子エルナンド。2人には恋が芽生えるが次第に引き裂かれ…。16世紀スペインを舞台とした歴史小説。

そして、ぼくは旅に出た。
大竹 英洋 著 あすなろ書房



夢で見たオオカミに導かれ東京から北米の森へ。写真家を目指す彼は、世界的な写真家や探検家と出会い暮らすことに。北米に広がる森と湖の世界で得た体験、そして学んだこととは…。

NEW BOOKS COMING UP

弘前図書館近着図書紹介

レスキュードッグ・ストーリーズ
樋口明雄 著 山と溪谷社



妻と別れた男が滑落して骨折。携帯電話が通じないまま寒い夜を迎え…。「遺書」「山の嫌われ者」など南アルプス山岳救助隊と救助犬の活躍を描く山岳小説短編集。全12編を収録。

アントワネット
ケリー・ディプッチオ 文
クリスチャン・ロビンソン 絵 木坂涼 訳 講談社



犬のアントワネットは、兄弟たちのように得意なことがみつかりません。ある日、友だちが迷子に。必死で探そうとした時何かひらめきました。全米大ヒット絵本『ガストン』の姉妹編。

弘前図書館 DATA

▽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)
蔵書点検のため、6月14日(水)から23日(金)まで休館となります。
☎ 32・3794

食改さん
おすすめ
レシピ
File.66

津軽の郷土料理レシピ ねりこみ

弘前市食生活改善推進委員会

- 材料 (4人分)
- さつまいも …150g (小1本)
 - 人参 …70g (1/2本)
 - 油あげ …50g (1枚)
 - 角こんにゃく …120g (1/2枚)
 - 水 …600ml
 - 砂糖 …大さじ3
 - 塩 …小さじ1/2
 - 片栗粉 …大さじ2
 - グリーンピース (ゆで) …20g

- ① さつまいもは皮をむき、大きめの乱切りにし、水にさらす。人参は小さめの乱切り、油あげは熱湯をかけて油ぬきをし1cmの角切りにする。角こんにゃくはスプーンで一口大にカットする。
- ② なべに分量の水と人参を入れ、火にかけ5～6分くらい煮る。さつまいも、角こんにゃく、油あげを入れ、砂糖、塩を加えて煮る。
- ③ さつまいもがやわらかくなったら、グリーンピースを入れる。
- ④ 片栗粉を同量の水 (大さじ2) で溶いたものを加え、とろみが付いたらさっと煮て、火を止める。



ポイント!

- ねりこみはくず粉でとろみを付け、ねりこむようにして作ったことから「ねりこみ」と呼ばれ、砂糖をたっぷり入れるので、お正月や冠婚葬祭など、行事の度によく食べた懐かしい津軽のおもてなし料理です。
- 6月25日(日)、ヒロロで「ふるさとの食べ物で健康!」をテーマに食育フェスティバルを開催します。ねりこみの試食がありますので、気軽にヒロロ3階イベントスペースにぜひ、こいへ～。

■ 1人分の栄養量：エネルギー / 155kcal、タンパク質 / 3.4g、カルシウム / 73mg、食塩相当量 / 0.8g

① 子どもも大きくなってきたけど、今、学校ではどんなことをしているのかしら？

② その前に・・・

③ 青森県が短命県だって知ってた？

④ 知ってたけど、それを解消するために何か取り組みをしているの？

⑤ 子どものころから、自分の体の健康を意識し、元気で長生きできるようにしようという「健康教育」の取り組みを進めているよ！

⑥ 全市立小・中学校で、「弘前式健康教育コアカリキュラム」をスタートさせたんだ！

⑦ それってどんな学習なの？

⑧ 健康と体の関係について学んだり、実際に血圧計や歩数計を使って健康の大切さについて学んだ！

⑨ そうなんだ！元気が増えて、活気ある弘前、そして青森県になるといいね！

⑩ 健康であるために欠かせないものの1つに「運動」や「スポーツ」があるよ。

⑪ そういえば、今月ソフトボールの国際大会(※1)が弘前でやられるって聞いたよ。

⑫ そのとおり！

⑬ プロ野球一軍戦開催決定！
6.28 Wed.
東北楽天ゴールデンイーグルス vs オリックス・バファローズ
弘前市運動公園 はるか夢球場
今年、ソフトボールだけではなくプロ野球一軍戦も行われるんだ！(※2)

⑭ はるか夢球場の改修が終わり、子どもたちが一流のプレーを間近で見られるようになったんだよ！

⑮ それに、今年から「甲子園」に出場するための全国高等学校野球選手権青森大会も「はるか夢球場」をメイン会場として行われるよ！

⑯ 県外や海外などで開催される研修会などへの参加費用について、市が補助しているんだ！(※3)

⑰ 市は子どもたちの夢を応援します！

⑱ 夢を実現させるぞ～！

(※1) (※2) 関連記事を32ページに掲載。詳しくは市ホームページをご覧ください。
(※3) 青少年夢実現チャレンジ支援事業費補助金：国内は1万5,000円、国外は5万円を上限に補助。
■ 問い合わせ先 広報広聴課 (☎ 35・1194) / 学校指導課 (☎ 82・1644) / 文化スポーツ振興課 (☎ 40・7115)

次号へつづく…