

ようこそ としょかんへ！

welcome to library

▶蔵書検索
と予約は
こちら



問 人吉市図書館 ☎24-3518

場 所：カルチャーパレス2階

開館時間：午前9時～午後5時

休館日：月曜（祝日の場合はその翌日）

11月の図書館カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	12/ 1	2
3	4	5	6	7	8	9

■ 休館日

新刊案内

ヨルノヒカリ

畑野 智美 著

手芸店を営む35歳の木綿子。住み込みで働くことになった28歳の光は、母親が家を出て以来"普通の生活"をしたことがない。そんな2人が男女の絆を越え、距離を縮めていく勇気と希望の物語。



一般向け

チーム紫式部！

楠木 誠一郎 作 酒井 以 絵

世界最古の恋愛小説といわれる『源氏物語』を紫式部が書いたとされるのは、今から千年以上も昔のこと。大昔にどうやってあの物語を書いたのか？ 世界最古の恋愛物語誕生のいきさつを書いた一冊。



児童向け



問 すくすく子育てセンター（市保健センター母子保健係 ☎24-8420）

子どもとメディアの付き合い方

テレビやスマホなどのメディアが多様化し、子育てにも大きく影響しています。忙しくて子どもの相手ができないときや子どもが泣いたりぐずったりするときなどは、スマホやタブレットに救われることもあるでしょう。しかし、メディアからの情報は一方的な刺激になり、コミュニケーション不足になることに加え、睡眠障害や視力・体力・学力低下などにもつながると言われています。



子どもは人とのやりとりを通して情緒が育ちます。授乳や抱っこなど、要求に応じてくれる大人とのやりとりの中で、愛され、人を信じる心が生まれてきます。また、大人や友達との遊び、やりとりを通じて、コミュニケーション能力がより高まります。

子どものメディア使用について気を付けたいこと

- テレビを見る時間は事前に保護者が決めましょう
- 食事中はテレビを消して、会話を大切にしましょう
- 泣いたりぐずったりしてもメディアに頼りすぎず、子どもが気に入っている好きなおもちゃや絵本を与えましょう。日ごろからお気に入りを知っておくことが大切です



◀おもちゃを使った遊びや身体活動は、脳への刺激となり成長発達につながる

令和4年度に着任した人吉市地域おこし協力隊の活動の様子をお届けします。

地域おこし協力隊の活動コラム



隊員 横山 貴一

ありがとう!! いさぶろう・しんぺい号

7本目

令和2年7月豪雨で被災し、不通となっているJR肥薩線の人吉—吉松間で運行していた観光列車「いさぶろう・しんぺい」のラストランツアーが9月15日に始まりました。県内で乗車できる最後のチャンスということで、くま鉄応援アンバサダーのかめきちさんと一緒に乗車してきました。レトロな雰囲気デザインの座席が印象的で感無量でした。

熊本駅には多くの人がお見送りに来ていて、中には手作りの横断幕を持って来ている人も。かめきちさん思わず胸が熱くなり、目に涙があふれました。

10月4日に福岡県で迎えたラストランを最後に、来年春には福岡県久留米市と大分県を結ぶ新たな観光列車にリニューアルします。リニューアル後もたくさんの人を乗せて活躍してほしいです。



▲ラストランツアーをしっかりと
お見送り!!



▲車両が見えなくなるまで手を振る
かめきちさん

YouTubeチャンネル「くま鉄チャンネル」発信中!



人吉キラゲの炊き込みご飯

材料（3～4人分）

米…2合
乾燥キラゲ…7g（生50g）
ちくわ…1本
油揚げ…大1枚
ニンジン…50g
濃口しょうゆ…大さじ2と1/2
みりん…大さじ2
砂糖…大さじ1/2
ごま油…大さじ1
いりごま…適量

作り方

- ① 米はといで、30分程度浸水させ、水気を切っておく。
- ② 乾燥キラゲを水で戻し、千切りにしておく。
- ③ ニンじんは千切り、ちくわは半月切りにする。油揚げは油抜きをした後、短冊切りにする。
- ④ 炊飯器に①の米と★を入れた後、水を2合の目盛りまで入れて混ぜ合わせる。
- ⑤ ④の中に切った食材を全て入れ、軽く混ぜ炊飯する。
- ⑥ 炊き上がったらごま油・いりごまを入れ、混ぜ合わせたら完成。

問合せ 市学校給食センター（☎23-5052）

県内で採れた旬の食材を取り入れながら毎月19日（食育の日）に実施している「ふるさと球磨さんデー」で提供している給食のレシピを紹介します♪



11月の献立



栄養士のひとくちコメント

秋は新米の季節です。10月頃に新米が収穫され、私たちの食卓に届くようになるのが11月頃です。新米はみずみずしくおいしいですね。給食では人吉球磨産のおいしい「ヒノヒカリ」を使っています。今月はおいしい米と人吉産のキラゲを使った炊き込みご飯を紹介しました。ぜひ、作ってみてください。

