

このコーナーでは、ボランティアなどの公益的な町民活動をしている人や団体を応援し、その「はじめの一歩」のきっかけになるような記事を掲載しています。



宇美町健康づくり推進会

宇美町健康づくり推進会は、うみハピネスを中心に体に良い料理の紹介をしたり、地域や小学校のクラブで料理の指導をしたりするなど、食を通して健康づくりを推進する活動をしています。40名の会員さんが母子部会、成人部会、高齢者部会、普及部会に分かれて活動しています。皆さんで地域における健康づくりの普及、実践をするために、自主的に学習会や調理実習を重ね、おいしくて体に良いレシピを考えています。

☆料亭の味にチャレンジしましょう！ ～特別にレシピを教えてくださいました～

☆福佐焼 材料

- | | |
|---------|------|
| 白身魚のすり身 | 300g |
| いんげん | 3本 |
| にんじん | 1/3本 |
| ゆでたけのこ | 適量 |
| きくらげ | 2枚 |
| 卵 | 6個 |
| 薄口しょうゆ | 大さじ1 |
| 砂糖 | 大さじ2 |
| 酒 | 大さじ2 |
| 塩 | 少々 |

作り方(4人前)

- ①Aは細く4cm位に切る
 - ②すり身にBの調味料を加えて、Aの野菜と卵を1個ずつ加えて、フードプロセッサーか、すり鉢でまぜる。
 - ③卵焼き器で、薄く巻きながら作る。出来上がりの厚さで伊達巻のようにする。四角く切り分けると良い。
- ☆付け合せのすり身しいたけ(煮物)とスタッフドエッグのレシピは図書館2階の掲示板に貼り出しています。ぜひ、参考にしてください。



ポラン工房



福佐焼のふくさの意味は、
①のりづけしていない絹のようにせわらかい。
②ふくさのように包む。
③福を招く。...など
いろいろ縁起のいい意味が
ありまね!



『十の親子～親子交流会「お正月あそび」～

子育てネットワーク～みんなにも加盟している『バナナの親子』は、会員制の親子で楽しく交流するサークルです。活動の中で年に1～2回、町内の親子の交流をひろげるために自由参加の親子交流会を開いています。

1月19日(水)に中央公民館にて行われた交流会は、『お正月あそび』がテーマで、けん玉と干支のうさぎの飾りを作り、みんなでぜんざいをいただくという、まさにお正月にぴったりの会でした。集まった25組で、出来上がったけん玉をお母さんがやってみせたり、子ども達が見せ合いをしたり、みんなで活動するからこその楽しい時間を過ごしていました。

代表の桑代麻美さんは、「新しく参加してくれる方も歓迎しています。楽しく交流できるといいと思います」と言っていました。親子で交流の輪を広げてみるチャンスですね。次回開催も楽しみです!



編集後記: 私もお正月に福佐焼を作ってみました。伊達巻よりも彩りが良く、簡単なのに見栄えがよく出来ました。すり身を入れるとふわふわになり、栄養も豊富で子どもにも好かれました。春の行楽のお弁当などにいかがでしょうか。(K. E)

●ボランティア・町民活動支援窓口(町総務課生涯学習まちづくり推進室内) TEL934-2370 レイアウト・絵 ayako.m



毎月23日は「宇美町読書の日」です

みなさん「宇美町読書の日」をご存じでしょうか?宇美町では毎月23日を「ふみの日」として家庭読書推進の日としています。この日を中心に、各ご家庭で子どもさんと一緒に本を読む日を作り、読書を楽しんでみませんか。町立図書館ではそれぞれの年代に応じたブックリストを作成しています。本を選ぶヒントに使ってください。



幼児・児童向けには【子どもの本だな】春号

- ☆おすすめ作品☆
- ・「ゆめにこここ」 柳原 良平 / 作・絵
 - ・「はるはゆらゆら」 五味 太郎 / 作
 - ・「いちねんせい」 谷川 俊太郎 / 詩

ティーン・大人向けには【ふみの本棚】春号

- ☆おすすめ作品☆
- ・「一瞬の風になれ」1～3 佐藤 多佳子 / 著
 - ・「大野城物語」 西谷 正 / 監修
 - ・「宝満山歴史散歩」 森 広子 / 著

23日はなぜ「ふみの日」なの?

古代、宇美町を中心とした糟屋地域は不彌国であるという説があります。それにちなみ、毎月23日を「ふみの日」としています。

● 新刊案内 ●

★一般書★ 「ザッケローニの哲学」

アルベルト・ザッケローニ / 著
久保 耕司 / 訳
PHP研究所



病による選手生命の頓挫、ペンション手伝い、保険代理店業、認められなかったプロの監督資格…。サッカー日本代表監督を務めるザッケローニが、多くの挫折からつかんだ一流選手の条件、リーダー論、組織づくりの哲学を語る。

★児童書★ 「みぢかなマーク」

ハマダ ルコラ / 絵・文
ひかりのくに



エレベーターの乗り場を表したマークや写真を撮ってはいけないことを伝えるマーク、サッカーや野球のチームのマークなど、いろいろなマークが勢揃い。忍者マークのスケが優しく楽しくマークのことを教えます。

寄贈本の貸出ができます!

図書館に寄贈していただいた本のうち、貸出準備が終わった本が利用できるようになりました。「寄贈本紹介コーナー」で順次紹介しています。

また、寄贈本の中には、傷んでいたり、書き込みがあったり、すでに図書館に所蔵がある本など、受け入れできない本もありました。受け入れできなかった本についても、ブックリサイクル等で活用させていただきます。たくさんの方のご協力有り難うございました。

※一部貸出できない本については、館内でご覧ください。

★図書寄贈のお願い★

図書館では、宇美町に関する資料や糟屋郡に関する資料などを収集しています。ご寄贈いただける資料がありましたら、ご一報ください。皆様のご協力をお願いします。



4月の特集コーナー

テーマは「九州新幹線全線開通!」です。図書館お薦めの本を集めました。

【一般書コーナー】
・『特急「つばめ」物語』 NHK出版 / 編
2004年3月に九州新幹線「つばめ」がデビュー。1930年の初代から74年、特急「つばめ」はその軌跡に新たな栄光を加えた。その魅力を徹底紹介。

【児童書コーナー】
・『全国鉄道ものしり地図帳』
松尾 定行 / 構成・文、写真協力
鉄道車両と鉄道のしくみ、鉄道地図がドッキング!北海道から沖縄まで、全国の駅や路線の地図、鉄道ものしり情報がいっぱい。

展示コーナーのお知らせ

「第53回 西日本読書感想画優秀作品展」開催中

◆開催期間 3月9日(水)～4月17日(日)
◆会場 うみ・みらい館展示コーナー

平成21年度の小中高生の西日本読書感想画受賞作品を展示しています。どの作品も個性的で、見ごたえがあります。ぜひご覧ください。