

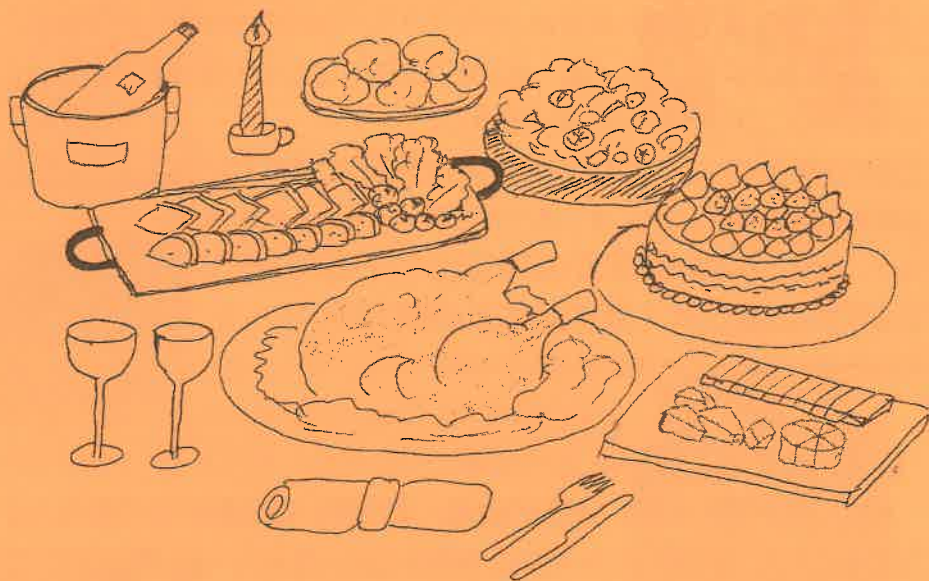
一般向け 今川図書館だより

いまがわーんど

2022年12月

今月のテーマ

「食」



新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、行事等を中止にする場合がございます。事前にお問い合わせください。(03-3394-0431)

今月のテーマ 食

冬至、クリスマス、大晦日など、
美味しいものを食べる機会が多い季節。
食に関する本をご紹介します。



『 おうちすし 』

野本 やすゆき／著 世界文化社 2019年【596.2ノ】

うちで作り、うちで食べる、おうちすし。

定番の手巻きずしのバリエーションや、卵を使って見栄えも味も極上のちらしずし、すし飯で作るアイデアつまみなど、きれいな写真と作り方が紹介されています。

家族が友人が集う日に、簡単なおしゃれでかわいい、おうちすしを作ってみませんか。

おうちすし



『 しゃばけごはん 』

畠中 恵／著 川津 幸子／料理 新潮社 2021年【BG八】

日本橋の本店、長崎屋のひとり息子、若だんなの一太郎は病弱です。一太郎の祖母は大妖で、その孫である一太郎には妖の血が流れており、長崎屋には妖たちが集まります。そんな妖たちが一太郎に栄養をつけさせるべく作る毎日のごはんや、宴会料理、特別な外食など、「しゃばけ」シリーズに登場する江戸料理のレシピが、美味しそうな写真とともに紹介されています。一太郎たちが食した味を再現してみたいかがでしょう。



『 食べる投資 』

満尾 正／監修 牧野 直子／料理

アチーブメント出版 2021年【498.5ア】

人生100年時代を生き抜くために、必要なのは健康です。

その健康を維持するために重要なのは、正しい栄養学に基づいた食事をとる健康への投資「食べる投資」です。朝食は時間の確保が難しい方向けに時短調理、昼食はワンプレートメニューやお弁当につめられる作り置きおかず、夕食は調理時間15分以内で完成する料理を中心にくり返し作って食べたいくなるレシピのほか、毎日の習慣にしたい10の食べる投資、反対に11の食べない投資も紹介。

無理なく食べる投資を続けて、健康資産を増やしましょう。



『 食文化・郷土料理がわかる世界の国旗弁当 』

青木 ゆり子／著 誠文堂新光社 2021年【596.4ア】

日本に日の丸弁当があるように、海外の国旗も弁当になるはず、という作者の思いから作られた、世界各国の国旗弁当のレシピ本です。ごはん部分が国旗になっており、ヨーロッパなどに多いエンブレム(紋章)の再現や、シンガポールのマーライオンがキャラクターになっているおかずなど、写真を見るだけでも楽しめます。その国らしい食材を使った料理なので、各国の食文化やお国柄を知る絶好の一冊です。



【展示】12月6日(火)～12月30日(金)

世代間交流展示「年の瀬 ～ゆく年くる年～」 YA 展示「奇跡」



12月 今川図書館カレンダー



日	月	火	水	木	金	土
11/27	11/28	11/29	11/30	1	2	3
						おはなし会
4	5	6	7	8	9	10
	休館日					おはなし会
11	12	13	14	15	16	17
		あかちゃん おはなし会 あかちゃん タイム		休館日		クリスマスの スペシャル おはなし会
18	19	20	21	22	23	24
		おとなの ための 豆本づくり			あかちゃん おはなし会 あかちゃん タイム	劇団 どろんこ座の 紙芝居& 工作会
25	26	27	28	29	30	31
		映画会				休館日
<p>開館時間 平日・土曜日 9時～21時 日曜日・祝日 9時～17時 休館日 第1月曜日・第3木曜日 12/29(木)・30(金) 17時閉館 12/31(土)～1/4(水) 年末年始休館</p>						

※おはなし会・児童向けイベントについては、児童向けおたより『いまがわフレンズ』を、ご覧ください。

杉並区立今川図書館 杉並区今川 4 - 12 - 10

TEL 03 - 3394 - 0431