

テーマ# 「どんどん」
 かいたとしよかん 穎田図書館にて
 7月17日(火) 10:00~10:30



7月としよかん カレンダー

月	火	水	木	金	土	日
						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	31					

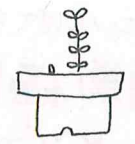
休館日 土・日・祝日
 開館時間 月~金曜日 9:00~17:00



New! New! New Books 新刊案内

『うわさの怪談タタリ』
 魔の夜妖一 監修
 東西の人外が対戦、霊とT-1の石研究...。子どもたちが大好きな怪談話をマンガやイラストとともに紹介。シミュレーションテスト、神社とお寺お参りガイドも収録。

『サッカー観戦バイブル』
 河治良幸著
 攻撃戦術から守備戦術 世界的トレンドのフォーメーション 見逃せないノー流選手の動きまで、現代サッカーの貝どころ徹底解説!!



2018年7月号 No.61
 穎田図書館
 ☎09496・2・1034
 (月~金曜日 9:00~17:00)

なつやす
夏休み
 こども読書
スタンプラリー

夏休み中に本を30冊読んでスタンプを集めよう!
 ゴールした人には記念品をプレゼント♪
 みんなのチャレンジ待ってるよ♡

期間: 7月20日(金)~8月31日(金)
 対象: 赤ちゃん~小学生
 場所: 市内の図書館

編集後記

7月といえは巡ってくる夏休み。大変だけど、楽しみでもある。今夏はどんなことをやってみよう...『子どもたちと過ごす夏休み』は、キラキラと輝くものであって欲しい。【かいたの絵本を読む会 切りかご 矢野】

夏といえば、そうめん!!

『簡単!極旨!そうめんレシピ』

ソーマン二郎 監修

「そうめんはめんつゆで食べては勿体ない! そうめんの食べ方は無限大。つけ、炒め、サラダデザートまで。簡単で極旨なそうめんレシピ、めんつゆの作り方なども掲載。

冷えた食材で一品!

『カルパッチョ!』

山内千夏著

ソースさえ用意すれば、素材を切って並べておえて出来あがり! 刺身、肉、野菜、きのこ、フルーツなど、素材の組合せは自由自在。盛りつけ次第で簡単にパーティ気分にも!

フレッシュな色が鮮やかで夏バテ時でも食欲をそそく...

ひんやりおやつ&デザート 190品!!

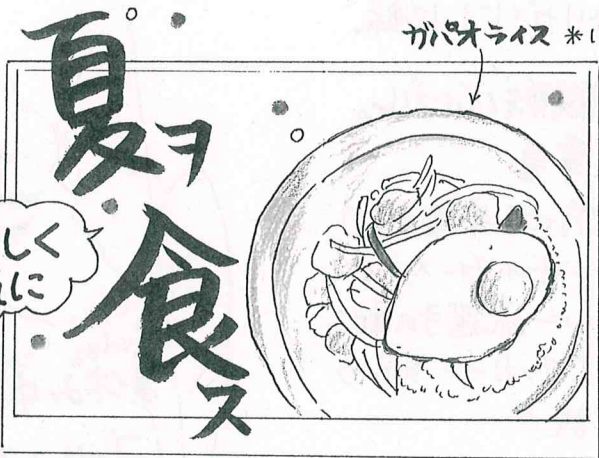
『寒天・ゼリー&冷たいデザート』

寒天・ゼラチンで作るデザートから、市販の素を使ったデザート、甘さ控えめでヘルシーな和のおやつ、夏においしい冷たいデザート&ドリンクまで、簡単&ヘルシーな涼感たっぷりおやつを紹介。

旬の野菜をたくさん食べよう

『夏野菜があっは! おいしい旬レシピ』

太陽をたっぷり浴びて育った夏野菜は、夏の体調管理に必要な栄養や水分を豊かに含んでいます。はす、ゴーヤ、トマト、かぼちゃ、ピーマン etc. まるごと一冊夏野菜を楽しみつくすレシピ集!



おいしく元気に

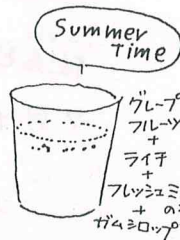
ガボライス *に掲載。P.16 P.17

夏は冷たいジュースで栄養補給も!

『Morning cocktail』

長井香奈枝著

複数の野菜やフルーツ、乳製品なども、1杯で摂取できるジュースはビタミンの不足しがちな食生活の改善にも、忙しい朝の食事にも最適。



シャリシャリ食感の凍らせメニュー

『冷えシャリッ! 凍らせレシピ』

チーム凍らせレシピ 編

ビールを凍らせた「フローズンビール」や、カツ丼に氷が浮かぶ「シャリシャリカツ丼」など、冷たくてシャリとした食感の「凍らせレシピ」60品を紹介。



めんつゆ氷を砕いてかき、シャリシャリ食感の新しいカツ丼

火を使わずに調理できる?!

『浜内千波の炊飯ジャーでおかず革命』

浜内千波著 チキンロール、ローストビーフ、ブイヤベース、いわしの梅干し煮 etc. 炊飯ジャーに材料を入れて保温スイッチをポン!と押すだけの「ほったらかし料理」全62品を紹介。

炊飯ジャーでこんなに使えるの?!と驚くはず!! スゴイ!

アウトドアでもおいしく!

『AYUMIのアウトドアクッキング』

AYUMI 著 キャンプが初めての人でも失敗しない、おしゃべりなアウトドア料理が満載。アレンジのきくスープから、焚き火や炭火を使った焼き物、煮込み&炊き込みまで、簡単レシピ92。