



としよかんだより

中央図書館 974-1112
石川図書館 964-5166
勝連図書館 978-4321



ブックイズ!!

今回は、絵本のクイズを出すよ。3つの中から答えを選んでね。答えを探しに図書館にきてね!



【問題】

『つんつくせんせいどうぶつえんにいく』(たかどの ほうこ さく・え/フレーベル館)でつんつく園のみんなが動物園に行くのは何曜日でしょうか?

①水曜日 ②木曜日 ③金曜日



読み聞かせにこの1冊

絵本の世界へご招待

『まじよまつりにいこう』
せなけいこ 作・絵
ポプラ社(所蔵館:中央・石川)

まじよのおまつりに行きたいさぎ。でも、招待されているのはねこだけ…。どうしても一緒に行きたいさぎは、ねこに変装することにしました。見つからずにまじよまつりに参加できるでしょうか?

栄養について学ぼう!

きちんと食事をしているけれど、なんだか疲れ気味という方は、「隠れ栄養失調」かもしれません。食材の組み合わせや、調理法を知り、栄養バランスの取れた食事で健康になりましょう。

『その調理、9割の栄養捨ててます!』

東京慈恵会医科大学附属病院栄養部 監修/世界文化社

損をしない食材の切り方、栄養素を失わない加熱の法則、食材を劣化させない保存テク、栄養吸収率がアップする調味料で、体に栄養が届く「食べ方上手」のコツを紹介します。

(一般書) 所蔵館 勝連

『からだにやさしいおきなわ島やさしい』

徳元 佳代子・比嘉 淳子 共著/ポードーインク

島らっきょう、にがうり、パパイヤ、冬瓜、田芋など昔から沖縄で食されている島やさしいの保存方法や選び方、食べ方のポイントやレシピを紹介します。(一般書) 所蔵館 中央・石川・勝連

『食材の栄養素を最大限に引き出す便利帖』

五十嵐 ゆかり 監修/永岡書店

食材の栄養素を引き出す調理法を野菜、肉・魚介類、卵・乳製品・その他の食材に分けて紹介します。またその栄養素の効果を増進させる食べ合わせも一緒に掲載しています。

(一般書) 所蔵館 石川

図書館
休館日

・毎週月曜日
・10月1日(日) 特別整理期間
・10月26日(木) 館内整理日



第71回読書週間10月27日(金)~11月9日(木)

標語 『本に恋する季節です!!』

【読書週間行事 第1弾!!】 大人の工作教室

★ クラフトバンドでクリスマス飾りを作ろう ★

講師: 前門 美幸 氏 日時: 11月2日(木)午前10時~
場所: 中央図書館 対象: うるま市在住の方
定員: 15人(先着順) 材料費: 200円
受付: 10月19日(木)午前10時~
問い合わせ: 中央図書館



クラフト展示 10月27日(金)~11月5日(日) 中央図書館

★ はじめてのUVレジン ~アクセサリチャーム作り~ ★

講師: 高江洲 有希 氏(作家 yukichi)
日時: 11月8日(水)午前10時~
場所: 勝連地区公民館2階(研修室)
対象: うるま市在住の方 定員: 10人(先着順)
材料費: 500円 受付: 10月18日(水)午前10時~
問い合わせ: 勝連図書館



※ 第2弾は、11月におはなし会・講演会を予定しています。

今月のおすすめ資料

図書館では、毎月テーマ別に特集を組んでたくさんの資料を展示・紹介しています。

★ 今月のテーマ ★

中央館: ○○の秋(一般)

ハッピー!ハロウィン☆パーティー!(児童)

石川館: いわゆる「丁寧な暮らし」(一般)

ようこそ えほんレストランへ!(児童)

勝連館: スポーツ すきかな?

※館内利用者用コンピュータ端末およびホームページからご覧になれます。

★借りた資料は、中央館・石川館・勝連館、どの図書館でも返却できます。
★図書館にない本は、リクエストすることができます。

行事案内(10月中旬~11月初旬)

	行事	日時	サークル名等
中央	おはなし会	10月14日(土) 午後3時~	図書館スタッフ
	あかちゃんのための おはなし会	10月19日(木) 午前11時~	すだち
	おはなしの部屋	10月28日(土) 午前10時30分~	テルテール
石川	おはなしワールド	10月21日(土) 午前10時30分~	コスモスの会
	Let's goとしよかん	11月4日(土) 午前10時30分~	サークルピピ
勝連	おはなし会	毎週金曜日 午前10時30分~	ラビット
	おはなしパラダイス	10月14日(土) 午前10時30分~	ラビット

日割米①: ㄥ景の 8122000

