

図書館

TEL 34-4334



～あおもり冬の読書週間～

青森県読書推進運動協議会では毎年、青森の長い冬の過ごし方として、家族揃って読書する習慣を浸透させるため、本県独自の読書週間である「あおもり冬の読書週間」を実施しています。期間中は、県内の図書館等で様々なイベント等が行われます。

▷五所川原市立図書館・つがる市立図書館・中泊町図書館3館共催企画「らいぶラリー」

1月31日(日)まで 市立図書館

地域の皆さんに図書館のサービスを知ってもらうために、スタンプラリーを開催します。五所川原市立図書館、つがる市立図書館、中泊町図書館3館それぞれの図書館でできる色々なことを体験するとスタンプがもらえます。3館で3つずつ、全部で9つ体験してスタンプを集めると、記念品がもらえます。

▷今月の一冊

ボンボンで作る素敵なおもの

毛糸をぐるぐる巻いて、
手作りしましょ

ブティック社 2015.9

毛糸をぐるぐる巻いてできる、かわいいボンボンを使ったアクセサリやストラップ、インテリア雑貨などの素敵なおものを紹介する1冊。



▷おはなし会&ブックトーク

1月10日(日) 11:00～11:30

市立図書館2階おはなしの部屋

(すてっぷひろば会場内)

対象…0～3歳くらいのお子さんとその保護者

▷この本読んだ？

図書館で最近受け入れた資料を紹介します。

・「東北の芸術家たち：人生・仕事を語る」

河北新報社編集局／編

河北新報出版センター 2020.8

・「座敷童子の代理人8」

仁科 裕貴／著 KADOKAWA 2020.10

・「植物写真家宮誠而写真全集8 巨木幻想」

宮 誠而／著 北陸美術出版 2020.9

・「新釈漢文大系 詩人編3 王維・孟浩然」

明治書院 2020.10

・「はい、あーん！くだもの」

きのした けい／作 阿部 真由美／絵

コクヨ 2019.9

市立図書館	TEL34-4334
開館時間	9:30～18:00 (土日祝は17:00まで)
伊藤忠吉記念図書館	TEL53-3049
開館時間	9:30～17:00
市浦分館	TEL35-2111 内線4043
開館時間	9:30～17:00



料理紹介

五所川原市食生活改善推進委員会

あなたも作ってみませんか

テーマ お正月料理



伊達巻

材料 (4人分)

卵(Lサイズ)……………4個

はんぺん……………1枚 (100g)

ごぼう、にんじん、いんげん…………各30g

塩……………少々

だし汁……………1/4カップ

A 砂糖……………大さじ3

みりん……………大さじ1

薄口醤油……………小さじ1

サラダ油……………少々



1人分 エネルギー 170kcal 食塩相当量 0.9g

作り方

①卵はしっかり溶く。フードプロセッサーにはんぺんをちぎって入れ、溶き卵とAを入れ白っぽくなるまで攪拌する。

②ごぼう・にんじん・いんげんは粗みじん切りにし、塩少々で煮ておく。

③バットにクッキングシートを敷き①と②を流し入れ、オーブントースターで7分程焼く。表面に焼き色がついたらアルミホイルにサラダ油を塗りかぶせて更に20分焼く。

④熱いうちにすだれの上に焼き色が濃い方を上にして巻き、輪ゴムで固定し30分程置いておく。

⑤④を切り、器に盛って完成。