

道徳の時間
呉勝浩著、講談社



伏見に住む鳴川市で、「生物の時間を始めます」「体育の時間を始めます」と書かれたメッセージが置かれる連続イタズラ事件が発生。地元陶芸家が死亡し、そこにあった落書きは…。

スクラップ・アンド・ビルド
羽田圭介著、文藝春秋



「早う死にたか」毎日のようにぼやく祖父の願いをかなえてあげようと、ともに暮らす孫の健斗は、ある計画を思いつく。閉塞感の中に可笑しみ漂う、新しい家族小説。第153回芥川賞を受賞。

熱血教師カオルちゃん
新堂冬樹著、角川春樹事務所



都立高校教師として1年生の担任をすることになった、一文字カオル。教師の理想像をめざし、情熱と信念で突き進むカオルは、「金八先生」のような立派な教師になれるのか？

NEW BOOKS COMING UP

弘前図書館近着図書紹介

農家が教える手づくり加工・保存の知恵と技
農村漁村文化協会



干し野菜・ドライフルーツ、ドレッシング、漬物、ジャム、惣菜・燻製…。農家の保存食や加工食品のつくり方を、その暮らしと併せてまとめる。小さな加工に向く道具も紹介。

りゅうじんさまは歯がいたい
関屋敏隆作・絵、ポプラ社



医者になった、かっぱの伝助がふるさとに戻ると、日照りつづきで川がなくなっていた。竜神様が病気になったのかもしれないと思った伝助は、秘薬を持って、会いに行くことに…。

弘前図書館 DATA

▽開館時間 平日…午前9時半～午後7時／土・日曜日、祝日…午前9時半～午後5時
▽ところ 下白銀町（追手門広場内）
▽休館日 毎月第3木曜日（祝日の場合は翌日に振替）、年末年始、蔵書点検期間
※10月の休館日は15日です。
☎32・3794

月曜日も開館しています

※川柳は、すべて応募者の表記にしたがっているため、一部当て字などで表記する場合があります。

腰曲がり増々秋空高くなる
秋の声聞いて忘れたあの猛暑
今年こそ食より恋の秋となれ
タオルケットを肩までかける秋の朝
お隣りもうちも今夜は焼き秋刀魚
小魚が恐竜になる秋の雲
晴れと雨ランデブーする秋の空
向日葵からバトン引き継ぐ秋茜
あと戻りしても採らせる毒きのこ
あれやこれ報告持って秋彼岸
人生も実りの秋で日々感謝
仲秋に平和な世にと願う民
恒例の鈴虫列車秋はこぶ
山の端の夕暮れ時の墨絵かな
秋の月すだく虫の音にひとり酒
ブランコに舞い散る枯れ葉のせて秋
一面にすすきなびさし秋の風
いつの間に忍び寄る様にアキアカネ
秋風に尾花ゆられて冬近し
一雨につるべ落としの秋来る
頭垂れ出来秋つげる稲穂たち
案山子路客姿競えて世相見せ

藤代 藤子
豊田 昭二
南風 恵美子
中山 三毛
長尾 美津子
関 柳人
吉川 ひとし
工藤 京子
リーノ
福士 長五郎
柳 夢
田中 ハル子
戸 一彦
豊田 むつ
兼子 智恵子
ワンキラ
くろがたき
鈴木 英二郎
格 和代
濱名 薫

今月のお題「秋」

さらっと一句・川柳

選・広聴広報課



食改さん
おすすめ
レシピ
File.46

栄養たっぷりごはんレシピ しらすごはん

弘前市食生活改善推進委員会

材料（4人分）

米……………2合
A 酒……………大さじ2
みりん……………大さじ1
しょう油……………小さじ2
スキムミルク……………大さじ2
チーズ……………20g
枝豆（むき身）……………60g
人参……………30g（2cmくらい）
ちりめんじゃこ……………20g

- ①米は洗ってザルにあげて30分以上おく。
- ②人参はイチヨウ切り、チーズは5mm角に切る。ちりめんじゃこの塩分を落とすために、熱湯をかけ湯通しする。
- ③スキムミルクとAの調味料をよく混ぜ合わせる。
- ④炊飯器に①の米と③を入れ、水を米の分量の目盛りまで加えてから、枝豆、人参、ちりめんじゃこを入れて炊く。
炊き上がった後、チーズを加え全体に混ぜて出来上がり。



ポイント！

●ごはんは、エネルギー補給として欠かせない主食です。チーズやちりめんじゃこ、スキムミルクなどたんぱく質とカルシウムの多い食品をプラスして、炊飯器1つで簡単にできる、栄養たっぷりの炊き込みごはんです。

■1人分の栄養量：エネルギー／342kcal、タンパク質／12.2g、カルシウム／86mg、食塩相当量／0.8g

編集後記

▶友人から電子ピアノを譲ってもらいました。小学生のころにピアノを習っていましたが、当時は滑らかに弾くことができた曲も、今となっては思うように指が動きません。譜面を読むスピードも遅くなり、相当な練習量が必要なようです。使われることのないただのインテリアと化さないように心掛けたいです。（大）
▶弘前公園で行われた地切式取材しました。天守が天守台から切り離される瞬間を見ようと、多くの市民や観光客が訪れており、曳屋（ひきや）への関心の高さがうかがわれました。多くの人に支えられながら、少しずつ移動を続ける弘前城天守。無事に曳屋工事が終わることを願っています。（柿）

たか丸くんが「ゆるキャラグランプリ2015」で奮闘中！

8月17日から行われている、ゆるキャラの人気投票「ゆるキャラグランプリ2015」に当市のマスコットキャラクター「たか丸くん」が昨年に引き続きエントリーし、全国1,727以上のゆるキャラたちを相手に奮闘中です。

ランキング上位に食い込み、全国の人たちに「弘前」をもっと知ってもらうため、皆さんからの「1日1票」の応援をよろしくお願いします。
▽投票期限 11月16日（月）
▽投票方法 「ゆるキャラグランプリ」オフィシャルウェブサイトから投票

①パソコン・スマートフォン…初回投票時に、投票ID（メールアドレス）とパスワード（任意）の登録が必要。2回目以降は投票ID・パスワード

の入力のみで投票できます。
②携帯電話…投票ID・パスワード登録の必要がなく、ワンクリックで投票できます。
■問い合わせ先 観光政策課（☎35・1128）



1日1票
投票してね♡

