

# 図書館だより



高梁中央図書館  
(☎22912)

開館時間 9:00~17:00

休館日 3日(月)、10日(月)、11日(火)  
13日(木)、17日(月)、24日(月)

## 今月のおすすめ

一般書

### カクメイ

新野 剛志/著  
中央公論新社

「超人気お笑い番組の視聴率が一定を超えたら、無差別に人を殺す」バブル絶頂期のテレビ界へつきつけられた脅迫に日本中が揺さぶられる。そこに秘められた慟哭とは？

児童書

### 進め！サムライブルー

サッカー日本代表感動の20年ストーリー  
林 壮一/著  
講談社

ドーハの悲劇から、2014年ワールドカップブラジル大会へ。日本にプロサッカーが誕生してから20年間の日本代表の成長を描く。サッカー日本代表のすべてがわかる本。

成羽図書館  
(☎42589)

開館時間 9:00~17:00

休館日 毎週月曜日

## 今月のおすすめ

児童書

### ずかん武具

小和田 泰経/編  
技術評論社

武具の変化を知ると、弥生時代~明治維新の歴史が見えてくる！日本の武具の移り変わりを、美しい写真とコミカルなイラストでわかりやすく紹介。武具の使い方や構造なども詳しく解説する。

## ちいさいこのへや 図書館2階 14:30から

小学校低学年までが対象で参加無料。  
親子での参加も歓迎です。

|      |   |
|------|---|
| 1日☀  | きりがみあそび「じゅうじけんたま」                                 |
| 8日☀  | おりがみあそび「雪だるま」<br>おはなし会<br>(ボランティアグループ「おはなしたまてばこ」) |
| 15日☀ | ビデオ「つるのおんがえし」                                     |
| 22日☀ | ひなまつり会<br>(ボランティアグループ「ふきのとう」)                     |

## 移動図書館

|      |   |
|------|---|
| 18日☀ | 有漢農業構造改善センター前 14:30~15:00<br>有漢生涯学習センター前 15:10~15:30<br>落合雇用促進住宅高梁宿舎前 16:20~16:50                     |
| 20日☾ | 西山コミュニティハウス前 11:00~11:30<br>黒鳥ふれあい会館前 13:15~13:45<br>川上児童館前 14:15~15:15                               |
| 21日☾ | 玉川地域市民センター前 11:00~11:30<br>落合地域市民センター前 13:00~14:00<br>中国電力社宅前 14:30~15:00<br>松原地域市民センター前 15:30~16:00  |
| 25日☀ | 津川地域市民センター前 11:00~11:30<br>高倉地域市民センター前 13:00~13:30<br>川面地域市民センター前 14:00~14:30                         |
| 28日☾ | 巨瀬地域市民センター前 10:30~11:00<br>中井地域市民センター前 13:00~13:30<br>宇治地域市民センター前 14:30~15:00<br>落合中二公会堂前 16:00~16:30 |

## えほんのよみかきせ 10:00から

小学生までが対象で参加無料。

|     |  |
|-----|--|
| 8日☀ | 小型絵本「どうぞのいす」、紙芝居「ゲンさんのてんのぼり」ほか、工作「きんぎょすくい」も行います。<br>(ボランティアグループ「うぐいす」) |
|-----|--|

## 移動図書館「うぐいす号」

|      |  |
|------|--|
| 11日☀ | 老人ホーム成羽川荘 8:45~9:00  |
| 25日☀ | 成羽公民館中分館 9:20~9:30<br>ささゆり苑 9:40~9:50<br>成羽公民館吹屋分館 10:10~10:30<br>成美保育園 11:00~11:10<br>鶴鳴保育園 11:15~11:25<br>黒川商店(日名地区) 11:35~11:50 |

## スクラム作戦(高梁市要支援児連携支援体制) 通信 ~ 各関係機関の紹介⑥ ~

第9号

高梁市健康福祉部福祉課 (松原通2043 ☎210284 担当:障害福祉係)

福祉課では、発達段階において支援を必要とする子どもが、児童発達支援事業所「みずたま」等で療育を受けるために必要な「通所受給者証」の交付申請を受け付けており、スクラム作戦では速やかなサービス利用につながるよう、保健師・相談事業所・療育機関と連携しながら受給者証を発行しています。  
☆児童福祉法にもとづく障害児通所サービス(児童発達支援、放課後等デイサービス等)の支給決定を受けた場合、原則としてサービス利用にかかる費用の9割が公費対応となっています。



岡山県倉敷児童相談所高梁分室 (落合町近似 286-1 ☎212833 緊急時:086-421-0991【倉敷児童相談所】)

児童相談所では、子育ての心配や子ども自身の悩みごとなど、0歳から17歳までの子どもに関わるさまざまな相談を受け付けています。そして、お子さんに適したアドバイスやサービスの紹介、カウンセリングなどを行い、保護者と一緒にお子さんの育ちを支えるお手伝いをしています。

高梁分室は、高梁市と新見市が管轄となるため、原則として高梁市にお住まいの人の相談は月・火曜日となっています。お気軽にご相談ください。夜間や休日などの緊急時は、倉敷児童相談所でも連絡を受け付けています。



## 発達障害のある子どもの子育てポイント

~ 褒め上手になってみよう 編 ~

大人でも褒めてもらうと、うれしくなってやる気が出てきます。同様に、子どもも褒められることにより、人に認められることがうれしいと感じ自分の存在感を実感します。そして、それが大きな成長へとつながっていきます。悪いところを注意して学ばせようとするのではなく、良いところを褒めて伸ばすことを大切にしていきましょう。まずは、私たちができて当たり前と思っている「お片付けできたね」「上手にあいさつできたね」「イスに座れたね」等を褒めてあげることから始めてみましょう。 たかはし発達障害者支援センター 佐分利尚孝

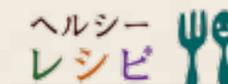


■問い合わせ 子ども課子ども支援係 ☎210288



レンコンの食感を楽しむ

## カブがお共のレンコンバーグ



カブの根には消化酵素のアミラーゼが豊富に含まれ、胃もたれの解消や整腸作用があるといわれています。

また、レンコンにはビタミンCが豊富に含まれているので、疲労回復や風邪予防に効果があります。

年末年始で疲れた体にやさしい野菜たっぷりのメニューです。

レシピ提供: 高梁市栄養改善協議会連合会 有漢支部

### <材料>(4人分)

|        |      |         |        |
|--------|------|---------|--------|
| 鶏ひき肉   | 200g | 砂糖      | 大さじ1   |
| レンコン   | 100g |         | しょうゆ   |
| サラダ油   | 大さじ1 | みりん     | 大さじ1   |
| 干しシイタケ | 2枚   |         | 酒      |
| 酒      | 大さじ2 | サラダ油    | 大さじ1   |
| ゴマ油    | 小さじ2 | カブ(葉付き) | 200g   |
| ショウガ汁  | 小さじ2 | 塩       | 小さじ1/2 |
| 片栗粉    | 大さじ1 | 赤唐辛子    | 1/2本   |
| ネギ     | 20g  | 砂糖      | 4g     |
|        |      | 酢       | 30cc   |

### <作り方>

- ① 干しシイタケは水で戻し、みじん切りにする。ネギもみじん切りにする。レンコンは粗みじん切りにして、サラダ油で軽く炒める。
- ② 鶏ひき肉に①を加えて、Aを加えて粘りが出るまでよくかき混ぜ、8等分にして小判型にする。
- ③ 熱したフライパンに油をひき、②の生地を両面焼く。きつね色になったら弱火にして蓋をし、4~5分蒸し焼きにする。
- ④ 中まで火が通ったら、Bの合わせ調味料を入れ、裏返ししながら味をからめて器に盛り付ける。
- ⑤ カブは茎を2cm残して葉を切り分け、葉は3~4cmに切る。塩を振って手でもみ、10分程度置いて水気を絞る。
- ⑥ 赤唐辛子は半分にちぎって種を取り、砂糖と酢を入れて混ぜ合わせる。⑤を加えて混ぜ合わせ、レンコンバーグに盛り付ける。

1人分の栄養価 エネルギー 249kcal たんぱく質 12.3g 脂質 12.4g 食塩 2.0g

※このレシピは、行政チャンネル、市ホームページでも紹介します。