



9 がつ としょかん通信

▷問合せ 図書館 (☎ 766 - 3238)

▷休館日 毎週月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)、館内整理日3日(木)
 ▷開館時間 午前10時～午後6時
 ▷展示 「正しく知ろう!認知症～9月21日は世界アルツハイマーデー～」4～30日
 ※9月の子ども向け行事は、新型コロナウイルス感染症の影響により中止します。館内での長時間の滞在は避けてご利用ください。

日生図書館	開室日	日曜日=6・13・20・27日 水曜日=2・9・16・30日 金曜日=4・11・18・25日 土曜日=5・12・19・26日
	開室時間	午前10時～午後5時 ※土曜日は午後0時30分まで

9月19日は「苗字の日」。明治3年のこの日から、誰でも名字を名乗ることが認められました。これにちなんで、名字にまつわる書名の本などを紹介します。

伝説のエンドーくん

まはら三桃/著 小学館

まもなく創立100周年を迎える市立緑山中学校で、代々語り継がれる伝説のヒーロー「エンドーくん」。校内にはエンドーくんにまつわるさまざまな落書きが残っています。それぞれの落書きの言葉に後押しされるように、生徒と向き合おうと一歩踏み出していく教師たちの姿を描いた連作短編集。最後にエンドーくんの正体も明らかに。【中学生～・270ページ】



兵庫県の名字

親から子へ伝えたい我が家のルーツ

森岡 浩/著 神戸新聞総合出版センター

珍名、超難読名など今テレビでも話題の名字のルーツ。その中で、特に兵庫県の名字について解説したのが本書です。阪神など地域別の特徴や気になる市町別名字のベストテンも載っています。子ども向けには「名字ずかん」(ほるぶ出版)もあるのですが、自分の名字を探してみてもいいのでは?【一般・331ページ】



こんな本いかが?

ワタナベさん

北村直子/作 偕成社

ワタナベさんは鍋ひとつで料理をつくる名人。おでん、ちゃんこ、ロールキャベツと、何でも目の前で作ってくれます。ところが、ある時リクエストされたのはナポリタン。鍋一つでどうやって作ろう…?ワタナベさんの料理が食べてみたくなる、ほっこりする絵本。同じ著者の「オオイシさん」もおすすめ。【幼児～・32ページ】



ぼくとおおはしくん

くせさなえ/作 講談社

夏休みの公園でカメをみつけた時、ぼくは1つ年上のおおはしくんと出会いました。頼りになるおおはしくんと、2人で橋の下に基地をつくったり、カメに名前をつけたりと、わくわくする毎日。ところが、ある日カメがいなくなって…。さわやかな友情のおはなし。【低学年～・32ページ】



ときめき

瞬

「今」「この瞬間」輝いている
 ＊あなたを応援します＊

バレーボールができることに感謝

僕がバレーボールと出会ったのは、小学校一年生のころ。友だちが先に習っていて、「面白そうだな」と思ったのがきっかけです。

僕は身長が高かったため、ポジションは当時からスパイカーでした。バレーボールは「つなぎのスポーツ」です。みんながつないだボールをスパイクで決め、チームが勝った時の楽しさは「バレーボールならでは」でないでしょうか。また、得点が小刻みに入り、1点、ワンプレーで試合の流れが変わったり、展開が非常に速いのもバレーボールの魅力です。

中学に入ると、学校にバレーボール部がありませんでした。バレーボール

井上 大地さん
 (20歳・松尾台)



松尾台小学校出身
 市立尼崎高校→立命館大学



部がありませんでした。バレーボール部ができませんでした。バレーボール部ができませんでした。バレーボール部ができませんでした。

ル部に入りたかった僕は、小学校からの友だちと離れ離れになってしまおうので悩みましたが、転校を決断しました。

転校先の中学校のバレーボール部では、小学校までと違い「勝つための練習やプレーを意識するようになりました。中学校では全国大会には届きませんでした。高校では、全国のバレーボールが憧れる「春高」に出たいと思うようになりました。高校は、バレーボールの強豪・市立尼崎高校へ進学しました。毎週のように行われる全国の強豪校との練習試合などを経験し、目標は「全国に行きたい」から「全国制覇」に変わっていききました。

高校3年の時には、自分がエースアタッカーとして春高に出場することができました。ベスト8で敗れてしまいましたが、目標の全国制覇には届きませんでした。経験と自信を活かして現在は立命館大学でバレーボールを続けています。

大学はやはりレベルが高く、一回生のところは試合にも出ることができませんでした。そんな時に、高校の後輩たちが僕たちの目標でもあった「全国制覇」を成し遂げたのです。「俺も負けられない」と気合いを入れ直し、練習を続けていると、2回生の関西リーグからレギュラーになることができ、最終的にはリーグのベストスコアラー賞(得点王)を獲得することができました。



「瞬」の掲載希望者・団体を随時募集中です。

※詳細は町ホームページ募集情報より

▶申込・問合せ 企画政策課広報戦略室 (☎ 766 - 8707)

い〜な! 道の駅の新 しいながわ野菜

情報
ポケット

お知
ら集

イ
ベ
ン
ト

?
の
相
談
室

子
育
て

健
康
づ
くり

瞬
間
書
館

私
の
オ
ス
メ

ピーマンの玉子チーズ焼き

(エネルギー 196kcal、食塩相当 0.8 g)



残暑からくる秋バテ予防に、ピーマンはいかがでしょうか。免疫力を高める働きがあるビタミンAや抗酸化作用をもつビタミンCをはじめ、疲労回復に役立つビタミンB群なども含まれます。また、苦みと青臭さがあり苦手な人もいますが、苦み成分であるクエ

ルシトリンは油に溶ける性質があり、「油通し」をすると苦みが低減するといわれています。

今回は、マヨネーズとチーズのコクで、ピーマンが苦手な人でも食べやすく、オーブントースターで簡単にできる一品をご紹介します。

【材料 (4人分)】

ピーマン 4個、卵 4個、マヨネーズ 大さじ4、ピザ用チーズ 50g

【作り方】

- ①ピーマンは縦半分に切って、ヘタと種を取り除く。
- ②卵は茹でて、殻をむき、フォークなどで潰つぶし、マヨネーズで和える。
- ③①のピーマンに②を詰め、チーズをのせて、オーブントースターで7〜8分焼く。ピーマンのパリッとした食感が特徴ですが、軟らかい方が好みであれば、電子レンジ(600w)で約1分加熱してから卵を詰めてください。

▷問合せ 保健センター (☎ 766 - 1000)

今月のピックアップ野菜

ピーマン

(道の駅での入荷時期
7月上旬〜10月下旬ごろ)



ピーマンはトウガラシの一種で、呼び名はフランス語の「pimento (ピマン) = トウガラシ」が由来とされています。

ピーマンに含まれるビタミンは加熱調理しても栄養価が消失しにくいのが特徴で、加熱することで匂いや苦味がやわらぎ、カロテンの吸収率もアップします。どんな料理でも栄養バランスよく食べられる野菜です。

道の駅 しいながわだより

9月の主な出荷野菜 なす・ピーマン・生しいたけ・オクラ・栗・南瓜・さつまいも・ぶどう・万願寺とうがらし・ツルムラサキ・みょうが など

【選び方】

ヘタの緑が鮮やかで切り口がみずみずしく黒く変色していないものが新鮮な証拠です。果皮の表面がツヤツヤしてハリがあり、肉厚なものを選びましょう。

【保存方法】

ピーマンは水気に弱いので、ていねいに拭きポリ袋に入れて密封し、冷蔵庫の野菜室に入れましょう。まとめて保存する場合は、1個でも傷んでくると他に伝染してしまいますので、傷んだ部分は捨て、早めに使うようにしましょう。また、使いかけのものは、傷みやすいヘタと種を取り除き、ラップに包んで冷蔵庫で保存し、2〜3日で使い切りましょう。

《9月のイベント》収穫祭

▷とき 9月27日(日) 10:00〜

▷内容 新米の販売、栗の販売、十割そば手打ち実演・販売、刃物研ぎ・販売、海産物の販売 など

▷問合せ 道の駅しいながわ (☎ 767 - 8600)

私のオススメ★

〜猪名川町観光ボランティアガイドのご案内〜

故きを温ねて新しきを知る

猪名川町は南部の「中谷村」と北部の「六瀬村」が合併して、昭和30年に誕生しました。

昭和58年には木津地区に歴史民俗資料館「ふるさと館」が建設されました。このあたりは、奈良時代に行基が訪れ、「楊津院」を建てて布教活動などを行った歴史的にも重要な拠点とされています。

この施設では、町の文化財のほか、昭和の中頃まで人々が暮らしの中で実際に使用した農具や生活道具が展示されています。明治から大正、昭和へと移りゆく人々の暮らしの変化を、展示されている民具や教科書などから知ることが出来ます。時代は令和に移り、今の子どもたちには昔の道具はどう見えるのでしょうか。

今月の担当ガイド



たけだ かつよし
武田 勝義さん

ふるさと館には、他にも県指定重要有形文化財に指定されている、町内の木喰仏26躯



生活道具などの展示

は、猪名川の親水公園として子どもたちに人気の遊び場です。お弁当を食べたり、木陰で読書したりもできます。浅瀬の人工水路も設けられていますので、夏場は小さな子どもさんも安心して水遊び



一戎大黒天立像

のうちの一つ、「一戎大黒天立像」の実物が展示されています。木喰仏は、江戸時代に諸国を行脚しながら仏像を彫り、各地に千躯以上の仏像を遺した「木喰明満上人」による作品です。町内に遺されたものは最晩年の円熟味のある作品です。

また、町出身の故・富田 儀作氏が明治時代に朝鮮半島へ渡り、再興に尽力したといわれる「高麗青磁」なども展示されているので、ぜひ町の歴史に触れてみてください。

猪名川の対岸には、「孫屏風」と呼ばれる北田原の屏風岩を小さくしたような岩肌を見ることが出来ます。一年を通じて四季折々の自然を満喫できますので、ピクニックも楽しんでみましょう。では、ふるさと館では、子どもの体験学習や大人の生涯学習の場として種々の講座を企画開催しています。毎年12月の「しめ縄づくり講習会」は大変人気があり、私も毎年のように参加しています。皆さんもふるさと館へお気軽に足を運んでみませんか?きっと猪名川町の歴史の魅力が発見できると思います。



▶町観光ボランティアガイド申込・問合せ

企画政策課広報戦略室 (☎ 766 - 8707)
※詳細は町ホームページ



芝生広場から望む孫屏風