

せせらぎ 11月号



南極のひ・み・つ 体験講座

～南極についていろんなことを学んじゃおう!～



南極にはどうやって行くの? 観測隊の人達はどんな人たちなの? なぜ南極で観測するの?など、

みんなの知らない南極の事を南極観測隊参加経験のあるスタッフが教えてくれます。

日時 2020年1月11日(土) 14:00~15:40

場所 中央図書館 視聴覚室

対象 小学3年生～

定員 80名(先着順)

参加費無料



※中央図書館カウンターもしくはお電話にてお申込み下さい [TEL:0296-24-3530](tel:0296-24-3530)

協力:国立極地研究所

協賛:ミサワホーム株式会社



リサイクルフェア



日時:11月16日(土)、17日(日)

午前10時～午後5時

場所:中央図書館 視聴覚室

- ・図書館の古くなった本を無料でお譲りします。
- ・雑誌はおひとり様12冊までとなっております。
- ・持ち帰り用の袋等は必ずご持参下さい。
- ・営利目的での利用(ネットオークションやフリマアプリへの出品、転売)はお止め下さい。
- ・お取り置きは出来ません。
- ・満車の場合は市役所旧庁舎の駐車場をご利用下さい。



映画会

『サイコ』(108分)

アルフレッド・ヒッチコック 製作・監督
アンソニー・バーキンス、ジャネット・リー 出演

日時:11月23日(土)午後2時～
場所:中央図書館 視聴覚室

入場無料

※満車の場合は市役所旧庁舎の
駐車場をご利用下さい。



11月のおはなし会



 赤ちゃん向け読み聞かせ
8日(金)午後1時30分～

 ボランティアさん読み聞かせ
10日(日)午後2時～

 野ばらの会読み聞かせ
16日(土)午後2時～
ガンピーさんのふなあそび(絵本)
ぞうさんのすべりだい(紙芝居)

 あすなろの会読み聞かせ
24日(日)午後2時～
とんでもない(絵本)
しずかに!ここはとしょかんです(絵本)
おりがみあそび

今月のコラム

～胡桃 くるみ～



皆さんナッツは好きですか?アーモンドにピスタチオ、カシューナッツ・マカダミアナッツ、と沢山の種類がありますね。クルミは11月が旬になります。

ナッツ全般に言えることですが、現在も健康番組で注目されている食品です。美味しいだけでなく、低糖質・抗酸化作用が高く、オメガ3脂肪酸も豊富です。保存食にも適していてダイエットにもお薦めされています。外国産(アメリカ・中国)も多いですが、最近では国産(長野・青森)も増えてきています。日本に自生している胡桃の大半はオニグルミといい、核はゴツゴツとして非常に硬く、種子(仁)が取り出しにくいのです。細かい作業なので、機械では出来ません。全て手作業で時間と労力がかかる大変な仕事です。

紀元前7000年前から食べられていたとも言われ、日本では縄文時代から食用として利用されていました。種子から仁を取り出し初めて食べた人はチャレンジャーですよ。

カボチャの種子(仁)も梅干しの種子(仁)も食べると美味しいです。杏の種子(仁)は杏仁豆腐の素としてデザートに使われています。

種子まで食べ物として扱ってしまう人間って、やっぱり食いしんぼうなのでしょうね。

おねがい

図書館内はキャップの付いた飲物しか持ち込む事が出来ません。ご協力をお願い致します。



筑西市立中央図書館

〒308-0826

茨城県筑西市下岡崎 1-11-1

Tel : 0296-24-3530

ホームページ <http://library-city-chikusei.jp>

Twitter @chikusei_lib

11月の休館日 11日・18日・25日

(全て月曜日)

