図書館だより　7月号（第 418 号） 2022 年 7 月 1 日発行

魯桃桜（ろとうざくら）

編集・発行　長野市立長野図書館
〒380-0843　長野市長門町 1097-3
電話 026-232-3558
https://library.nagano-ngn.ed.jp/

「美味しくて安全なお弁当作り」

社会人になってお弁当を作り始めましたが、朝早く起きるのが苦手なため作るのが面倒だなと思っていました。そんな時１冊の本に出会いました。それが『つくりおきおかずで朝つめるだけ!弁当』小田　真規子／著　扶桑社（596 オ）です。２００９年に出版され、当時話題になっていたのか書店にたくさん並んでいた記憶があります。“朝つめるだけ”というタイトルを見た瞬間“お弁当のおかずは朝作るもの”という思い込みから解放されたように感じました。それ以来おかずは前日の夜に作って冷蔵庫に入れて、朝つめるだけを実践しています。新しい本や、ネットのレシピ動画の作り方も参考にしていますが、今でもお弁当作りを続けられているのもこの本のおかげですし、揚げ物などは朝作った方が美味しいのでたまには手間をかけて、これからも続けていきたいです。母にも感謝しています。気温や湿度が高い季節は、作ってから食べるまでに時間が空くお弁当は菌が繁殖しやすく、特に食材の水分が傷みの原因になるそうです。手や調理道具、弁当箱は清潔に、食材はしっかり過熱して、作り置きおかずも朝加熱した方がいいそうです。冷ましてから詰めて、保冷剤や保冷バッグを活用して、食中毒の予防を心掛けたいです。

７月のテーマ本

みず・ミズ・水

６月から引き続いてのテーマです。
さまざまな角度から「水」を捉えることができる本を集めています。詳しくは『魯桃桜』６月号（417 号）をご覧ください

図書館カレンダー

７　月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

８　月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

予約ランキング（5/16～6/15）

①『子宝船』	宮部みゆき	《Ｆミ》
②『宙ごはん』	町田そのこ	《Ｆマ》
③『俺ではない炎上』	浅倉秋成	《Ｆア》
④『マスカレード・ゲーム』	東野圭吾	《Ｆヒ》
⑤『競争の番人』	新川帆立	《Ｆシ》
⑥『80 歳の壁』	和田秀樹	《159 ワ》
⑦『生皮』	井上荒野	《Ｆイ》
⑧『石礫』	今野敏	《Ｆコ》
⑨『苦しかったときの話をしようか』	森岡毅	《159 モ》
〃『マイクロスパイ・アンサンブル』	伊坂幸太郎	《Ｆイ》

★開館時間　平日　9:45-19:00
　　土･日･祝　9:45-18:00

■ ･･･ 休館日

５月・６月発表の主な文学賞

第 53 回大宅壮一ノンフィクション賞	『嫌われた監督』	鈴木　忠平	《783.7 オ》
〃	『彼は早稲田で死んだ』	樋田　毅	《377 ヒ》
第 68 回江戸川乱歩賞	『此(こ)の世の果ての殺人』	荒木　あかね	今秋刊行予定
第 14 回角川春樹小説賞	『写楽女』	森　明日香	今秋刊行予定
第 70 回日本エッセイスト・クラブ賞	『誰がために医師はいる』	松本　俊彦	《493.74 マ》

新 刊 案 内

『自治会・町内会負担軽減&IT 活用事例ブック』

水津 陽子／著 実業之日本社 《318 ス》
IT をどう活用する？ 若い人が参加するには？ 自治会・町内会の機能不全を見直し、新たなコミュニティ像を創造する方法を、先進的運営・活動の事例を紹介しながら解説する。

『毎日おいしいびん詰め』

サルボ恭子／著 文化学園文化出版局 《596 サ》
塩レモンジンジャー、香草バター、レバーのコンフィ、ミックスピクルス…。材料少なめで気楽に作れる、安心でおいしいびん詰めのストック調味料とストックそうざいを紹介します。

『寝ても覚めてもアザラシ救助隊』

岡崎 雅子／著 実業之日本社 《489 オ》
幼いころに出会ったぬいぐるみがきっかけで、あっという間にアザラシ沼へ。日本で唯一のアザラシ保護施設で働く飼育員が、保護活動とアザラシが抱えている問題などを綴る、アザラシ愛溢れる自然科学エッセイ。

『忍者に結婚は難しい』

横関 大／著 講談社《F ヨ》
伊賀と甲賀。消えたはずのライバル忍者一族は、令和の今も人知れず暗躍していた。悟郎と蛍はお互い忍者だと知らずに結婚したが、いまや離婚寸前。そんなある日、伊賀系の大物政治家が暗殺され…。

『家庭用ミシンで作る 家族みんなのじんべい&ゆかた』

クライ・ムキ／著 ブティック社 《593 ク》
ベビー、キッズ、ジュニアから、パパ、ママ、おじいちゃんやおばあちゃんまで。家族みんなのじんべい&ゆかたの作り方を、初めてでもきちんとできるよう、プロセス写真とともに解説。あまり布で作れる信玄袋なども収録。

『吸血鬼ラスヴァン』

G.G.バイロン／ほか著 東京創元社 《933 キ》
「吸血鬼ドラキュラ」に先駆けて発表された英米の吸血鬼小説に焦点を当てたアンソロジー。「カンパーニャの怪」「魔王の館」など、本邦初紹介の作品を中心に全 10 編を収録する。

7月映画上映予定

時間：14:00～ 場所：3階 視聴覚室にて

新型コロナウイルス感染状況により中止する場合があります。

7月9日（土）

タイトル・・・「旅路の果て」
字幕・モノクロ・105分
監 督・・・ジュリアン・デュヴィヴィエ
CAST・・・ヴィクトル・フランサン／ルイ・ジューヴェ／マドレーヌ・オズレー／ミシェル・シモン
※1939年 フランス作品

7月 23 日（土）

タイトル・・・「上海特急」
字幕・モノクロ・82分
監 督・・・ジョセフ・フォン・スタンバーグ
CAST・・・マレーネ・ディートリッヒ／アンナ・メイ・ウォン
ワーナー・オーランド／クライヴ・ブルック
※1932年 アメリカ作品

新着CD

- 想い出のアルバム《767ナ》
- 笙 調子《768マ》
- 西部劇音楽ベスト《778セ》
- 5 分落語 第10巻《779コ10》
- 日本人のこころと品格～儒のこころ《916コ》

観たり聴いたり

新着CDから ピックアップ

『猫と飼い主さんのための癒しの音楽』《760 ネ》
猫と飼い主がおうちで楽しくリラックスして過ごせるようにと制作されたアルバムです。猫のリラックスした状態を追求するため、楽曲を聞いた猫たちの脳波データを解析し、アルバムの選曲に反映しています。猫も癒される楽曲は、猫を飼っている人もいない人も癒されることでしょう。