



## 図書館コーナー



## おすすめの本

おねえちゃんになるって、どんなこと？

「わたしおねえちゃんになります」

こぐま社

あいざわ ふみ／作

うたちゃんの家に、あかちゃんがやってくるようになりました。

「あかちゃんがきたら、なにしてあげたらいいかなあ」。

うたちゃんは、森の動物たちにいい案をきくために、大きな箱でポストをつくりまします。次の日曜日、ポストをのぞいてみると、楽しいことがいっぱい書いてある、動物たちからのお手紙が入っていて…。



伝統的でありながら進化を続ける食べ物

「食いねえ！お寿司まるごと図鑑」

偕成社

阿部 秀樹／写真・文

福地 享子／監修

日本の食文化の代表で、日本人には欠かせない料理、「寿司」。寿司の起源にあたるものは、長期保存するための発酵食品で、奈良時代には日本に伝わっていたそうです。

本書では、寿司の歴史や種類だけでなく、寿司種になる生きものについても詳細にかかれています。



あたたかさや湯気までごちそう

「からだの中から整うおかゆレシピ」

エムディエヌコーポレーション

堤 人美／著

内藤 裕二／監修

おかゆは水分が多いので消化しやすく、食物繊維が含まれるので腸内環境も整えてくれます。

本書では、基本のおかゆのレシピから、朝に食べたい、からだをあたためるおかゆ、体調不良の症状別に栄養価の高い食材を組み合わせるおかゆなど、様々なレシピを提案してくれます。



## 年末年始休館のお知らせ

12月28日(木)から令和6年1月4日(木)まで休館になります。

海部南部権利擁護センターの  
成年後見支援について

## 巡回相談(要予約)

毎月第2火曜日、相談員が相談会場に向いて相談(無料)をお受けします。

なお、相談には事前予約が必要です。

## ●日時

12月12日(火)

①午後1時30分～2時20分

②午後2時30分～3時20分

③午後3時30分～4時20分

## ●場所

すこやかセンター

## ●弁護士による法律相談(要予約)

毎月第3木曜日、権利擁護や成年後見に関する相談(無料)をお受けします。

なお、相談には事前予約が必要です。

## ●日時

12月21日(木)

①午後1時～1時50分

②午後2時～2時50分

③午後3時～3時50分

## ●場所

海部南部権利擁護センター



## 共通事項

●参加費 無料

●受付時間 午前9時～午後5時  
(土曜・日曜・祝日および年末年始を除く)

手話通訳・要約筆記など障がいのため配慮が必要な方はお申し出ください。

## ●問合せ先

NPO法人海部南部権利擁護センター

☎ 69-8181

FAX 69-8180