ゆうき図書館からのお知らせ

YUKI LIBRARY

今月のイベント棚

『きもの』

今年も11月14日(土)～15日(日)に、着物を着て結城市内を散策する「きものｄａｙ結城」が開催されます。

ゆうき図書館では、このイベントに合わせて、着物に関する資料を展示します。

国の重要無形文化財であり、ユネスコ無形文化遺産にも登録された結城紬に関する資料だけでなく、着物を楽しむための資料などもご用意しました。

この機会にぜひ、着物の魅力や奥深さに触れてみてはいかがでしょうか。

資料の展示場所は図書館1階です。イベント棚の資料は<http://lib-yuki.city.yuki.lg.jp/room_ad/evebook.html>でも閲覧できます。

ゆうき図書館利用案内 その41

図書館要覧について

ゆうき図書館では、『図書館要覧』を平成17年度より毎年作成しています。ゆうき図書館の利用状況やあらゆるサービス内容を紹介していますので、ぜひ一度ご覧になり、ゆうき図書館をご活用いただければ幸いです。皆さんの来館をお待ちしています。

『図書館要覧』は図書館2階行政資料コーナーにて提供しています。

また、http://lib-yuki.city.yuki.lg.jp/info/youran.htmlでも閲覧できます。

11月の図書館カレンダー

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					

開館時間 平日(火～金)午前10:00～午後8:00
土・日・祝日 午前 9:00～午後7:00
●の日が休館日となります。

お願い 貸出バックのご持参にご協力をお願いします。
また、ゆうき図書館の貸出バックをご利用の方は、資料返却時にあわせてバックのご返却もお願いします

図書館要覧

ゆうき図書館 ☎34－0150 URL：http://lib-yuki.city.yuki.lg.jp

親子で作ろう 食育レシピ

結城をたべる

結城で作られる野菜の横綱といえば、甘みのある白菜です。白菜は外葉、内葉、芯などに分けられ、その部分ごとに味わいが変わります。料理の際にはそれぞれの特徴を生かすと、さらに美味しく味わえます。かためのの外葉は、炒め物の八宝菜や煮込み料理に、内葉の少し柔らかい部分は、甘みを味わう鍋料理に、そして、芯も鍋料理やスープにオススメですが、葉よりも堅いため火の通りに注意して、厚い部分は、細かく切るなど工夫をしましょう。

●栄養の話

白菜には、さまざまな栄養素がありますが、ビタミンなどは水溶性なので、鍋料理に使うときは、煮汁ごと栄養を逃がさずとりいれましょう。また、カリウムなどの栄養素は、体内にある塩分を体外へ排出する働きがあります。ただし、味付けを濃くしては意味がありませんので、肉やほかの材料のうまみを生かした薄味で食べましょう。煮込めば消化も早く胃腸の弱い人にもお勧めですよ！

白菜のお好み焼き

（材料）～2人分～
- 白菜…大き目の葉で４～５枚くらい
- 卵……２個
- 小麦粉…1合カップ
- 水とだし汁（100ccくらい 適当）小麦粉が緩くなるくらい
- 豚肉・餅・シーフード紅ショウガなどお好きな量

❶ 白菜は、繊維を切る方向で細かく切る。（できるだけ細かく切った方が食べやすいです）
❷ ボールに、小麦粉・卵・水・だし汁・❶の白菜を加えてさっと混ぜる。
❸ フライパンを熱し、油を大さじ１杯くらい入れて中火で焼きましょう。焦げる前にひっくり返して両面をよく焼きましょう。
❹ 焼きあがったら、お皿に乗せお好みで、ソース・マヨネーズ・かつお節をかけ、できあがりです。

〈エネルギー431kcal　たんぱく質17.0g　塩分1.3g〉

DUSKIN 家事の代行 merry maids 安心と信頼の高品質サービス
「主婦の方が仕事や家事に追われ過ぎているこんな時代だから…」
おうちのおそうじ、家事のあれこれは私たちプロにお任せください。
プロのおそうじサービス
家事お手伝いサービス
ダスキンデータム 結城市大字結城6096 ホームページもご覧下さい！ ご相談など何でもお気軽にお電話ください！ ダスキンデータム 検索 0120-510-530

医療法人厚友会
城西総合健診センター（城西病院）
●健診コース●
・日帰りドック
・一泊二日ドック
・二泊三日ドック
・脳ドック
・一般健診（定期・採用時等）
・特定健診（特定保健指導）
・特殊健診（じん肺、有機溶剤）
・巡回健診（健診車）
健康診断のお問合せはお気軽に下記へ
〒307-0001 茨城県結城市結城10745-24
TEL 0296(33)0115 FAX 0296(33)8300
E-mail josai@josai-hp.com URL http://www.josai-hp.com/js/

ふるさとの民話 第五十回

不動明王（十二）

良兼の一隊は、将門の館の前にくると、かねてからの手はずの通り、二隊に別れ、一隊は北の入口の方に、他の一隊は南の入口に向かおうとしました。

その時です。突然、暗闇の中からうなりを発して、次から次へと矢が飛んできました。矢は馬上の兵士の何人かにあたりました。

「ウワーッ」

という悲鳴があがり、数人が落馬しました。休みなく飛んでくる矢は、何頭かの馬にもあたり、

「ヒヒヒヒイイインッ」

と、するどい鳴き声をあげ、跳びはねる馬、驚いて走り出す馬がありました。

良兼の一行は不意を襲おうとして、油断をしていたところ、逆に不意をうたれ、大混乱におちいりました。暗闇の中から飛んでくる矢に恐怖がさらに増してきました。馬を返して逃げ出す者もあらわれました。

こうなっては、もう良兼としてもどうしようもありません。良兼は思いがけない突然の襲撃に、混乱した一隊の指揮をとりかねて、

「返せ」

と命令を発し、馬に鞭をいれました。一隊は我先にと、もときた道をもどりました。

将門は、良兼の一行が大混乱しながら逃げ出したのを見ると、家来たちに、

「逃がすな、追え」

と、命令するが早いか、馬にまたがり走りだしました。

将門たちは、一目散に逃げていく敵の兵士に追いつくごとに、切り落としていきました。

戦いが起こったことを知って、近くに住む農民たちも身じたくを整えて加わってきましたので、将門側の兵士はどんどん増えていきました。

この戦いで、良兼側は約半数の四十人近い兵士が討取られてしまいました。

翌朝、落馬によって骨折して動けなくなっていた敵の兵士を捕えて、昨夜の夜襲について白状させました。

捕えられた兵士は、八十数人で来たこと、将門の家来の子春丸の案内で館の様子をさぐったことなどを話しました。

将門は子春丸の手助けで襲撃してきたことを知ると、烈火のごとく子春丸に怒りを感じ、すぐに子春丸を捕えるように部下に命じました。

子春丸は一か月程後、石田の親せきの家に隠れていたところを捕えられました。捕えられた子春丸は、石田の南の端においも茂る赤松林の一角で首を討たれてしまいました。

この戦いに敗れた良兼は、敗戦のショックと病気とが合いまって、翌年の六月に死んでしまいました。良兼が病死した後、将門は勢いに乗じて、常陸の国の国府（今の石岡市）、下野の国府（今の栃木県国分寺町）、武蔵の国（埼玉県）、相模の国（神奈川県）にも攻め入り、自分の領地としてしまいました。

（その十三へつづく）

〈前回のあらすじ〉

子春丸の案内によって、将門の館に少数の家来しかいないことを知った良兼は、その日のうちに夜討ちをかけることを決めました。良兼は多くの家来をつれて将門の館へ向かいますが、将門が八畑に住ませていた家来によって、良兼の動きは将門に伝わり、将門は少数の家来とともに良兼を待ち受けていました。

介護付有料老人ホーム
しもふさの郷　百寿の家
サービス内容　介護付特定施設型有料老人ホーム
ショートステイ・居宅介護支援事業所
デイサービス・介護タクシー
グループホーム くわの実
結城市大字武井1248 TEL 0296-35-0294 FAX 0296-35-6155 HPアドレス http://www.shimofusa.ne.jp

広～い見学スペースあり ぜひみにきて下さい！！
一般社団法人 日本皆泳協会
ささはら水泳塾
TEL33－1521

冬休み短期水泳教室

はじめてコース（60分）2日間	①12/21(月)～22(火) ②12/23(水)～24(木) ③12/25(金)～26(土)	15:20～16:20 (土のみ)13:20～14:20 3才～小6	1期間 2,000円
上達コース（90分）5日間	A.12/23～28（水）（月） ※12/24(木)練習無し	8:50～10:20 5才～中学生	1期間 8,500円

泳力検定は全国統一公認資格です。是非取得しよう！

12/26（土）	検定級5～1級	検定料1,500円 12/19(土)〆切

短期教室受講した方限定入会特典
1月組～スタートされる方 入会金○円＋水泳バックプレゼント（2,160円）
1/27(水)までにお手続きの方 入会金○円

市の人口・52,641人（男：26,439人・女：26,202人／19,666世帯） 10月1日現在