

今月の図書館 **みとよこども図書館**  
☎ 73-3121

市内図書館が、皆さんにおすすめしたい本を紹介します。

皆さんは「5大栄養素」が何か知っていますか？  
答えは、炭水化物、タンパク質、脂質、ビタミン、無機質（ミネラル）です。人が健康に生きていくためには、これらをバランスよく摂取することが大切だと言われていますが、なんとなく分かっているけど難しいですよね。  
この本には、野菜を中心にそれぞれの食材に含まれる栄養素や旬、効果、効能、体に効く食べ方などが、1種類1ページで分かりやすく紹介されています。食べた物で体は作られています。大切な家族や自分自身のためにも、ぜひ読んで欲しい一冊です。おいしく食べて、元気に梅雨を乗り越えましょう。  
「良薬口にうまし！」



『野菜はくすり』  
監修 村田裕子  
出版社 オレンジページ

「ゆずるくん、ぼくのときらいなんだ」と涙目でたたくむピーマン。  
この絵本では、お弁当に入るのが夢だったピーマンがゆずるくんに食べてもらうため、ゆずるくんの好きなおかしになるように奮闘します。  
包み紙を巻き付けてキャンディに変身したり、ケーキに乗ってみたり…あの手この手でピーマンは頑張ります。果たしてピーマンはゆずるくんに食べてもらえるのでしょうか？  
一生懸命、健気に頑張るピーマン、苦手な食べ物があるゆずるくん、どちらの気持ちにも共感できます。  
苦手な食べ物があっても無くても、親子で楽しめる一冊です。



『おかしになりたいピーマン』  
著者名 岩神愛  
出版社 岩崎書店

## 図書館ニュース

### ★みとよこども図書館がオープンしました★

6月1日（月）から三野町保健センター内に、みとよこども図書館がオープンしました。児童向けの本を中心とした市内初のこども図書館です。児童向け図書以外にも、子育てや健康に関する本なども取り揃えています。

また、館内には絵本に囲まれたキッズコーナーを用意しています。親子で絵本を楽しむ場所ですので、ぜひお越しください。

問い合わせ みとよこども図書館 ☎ 73-3121

### ★6月の休館日★

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				

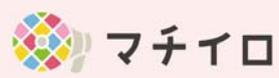
※みとよこども図書館に限り、6月1日（月）も開館します

編集 後記  
だんだんと気温が上がりますが、夏の足音が聞こえてきました。感染対策に注意して生活様式を変えなければいけない今年は、いつもと違った夏になりそうです。イベントなどの中止によって取材に向くことも減ってしまいましたが、必要な時に必要な情報を発信できる広報紙づくりを心がけて頑張ります。



### 「広報みとよ」をアプリで配信しています

スマートフォンやタブレット向けの無料アプリ「マチイロ」でも広報みとよをご覧いただけます。



※アプリは無料でダウンロードできますが、情報の受信には通信料が必要です。



▲アプリのダウンロードはこちら

### 季節のお便り募集

暮らしのエピソードや風景写真、広報の感想を募集しています。住所、氏名（ペンネーム）、電話番号を明記の上、写真や文章を添えて秘書課へ郵送またはメール(hisho@city.mitoyo.lg.jp)でお送りください。

▶問い合わせ 秘書課 ☎ 73-3001

### 三豊市の人口

※令和2年5月1日現在 ( )内は前月比  
世帯数 23,282 世帯(+33) 総人口 62,116 人(-58) 男 29,875 人(-34) 女 32,241 人(-24)  
※香川県人口移動調査による