

スタッフイチオシ! 本

このコーナーでは、相模大野図書館のスタッフがひとつの作品を熱くお勧めします。

『一汁一菜でよいという提案』

土井善晴／著
グラフィック社
2016 596.04/ギン



この本は、忙しい現代を生きる人々に向けて、「一汁一菜」のスタイルを提案しています。料理研究家である土井さんは、和食に対する深い思いと美学を優しい言葉で綴り、心温まるメッセージを届けてくれます。

家庭料理について、「ご飯と具だくさんの味噌汁。これだけで、毎日に必要な栄養は十分に摂ることができる。」という考えに感銘を受けました。そして、読み終えたあとは、食事を通じて心の豊かさを育むことの大切さを改めて感じました。

土井さんが作った一汁一菜の写真や、旬の食材を使ったレシピなども載っていて、とても参考になります。料理を作るすべての人に読んでほしい、お勧めの一冊です。



←図書館の HP、フェイスブック、X はこちらの QR コードからアクセス！

発行 相模原市立相模大野図書館

〒252-0303

相模原市南区相模大野4-4-1

TEL 042-749-2244

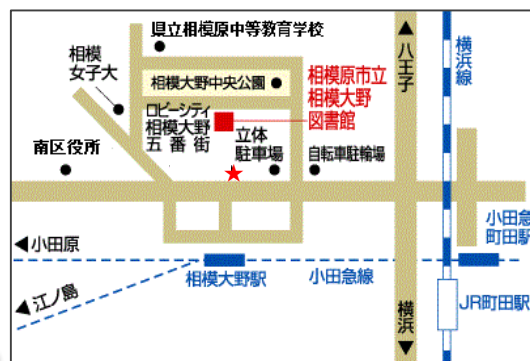
<https://www.lib.sagamihara.kanagawa.jp>

開館時間

平日 9:30~20:00 (4階子どもの本のフロアは18:00まで)

土・日・休日 9:30~18:00

MAP



小田急線相模大野駅北口徒歩8分

★現在伊勢丹跡地工事のため、立体駐車場横の道を迂回してください。

FM HOT 839「図書館へ行こう」放送中!!

図書館職員によるおすすめの本と
図書館イベントの紹介

毎月第1週月曜日 8:35頃 橋本図書館
毎月第2週月曜日 8:35頃 相模大野図書館
毎月第3週月曜日 8:35頃 相模原市立図書館
毎月第4週月曜日 8:35頃 図書館豆知識
再放送は、翌火曜日11:35頃
翌木曜日16:15頃より放送します

「図書館へ行こう」の放送は

FM HOT 839 無料公式アプリでも
お聴きいただけます!!

ラジオは停電でも
防災情報が聴ける防災メディア
チャンネルはいつでも 83.9MHz

83.9MHz

<https://fm839.com/>

FMHOT839MHz

アプリの
ダウンロードは
こちらから

<https://fmplapla.com/fmsagami>

