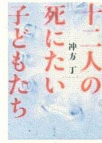


1年生図書委員の残暑見舞い 長くなる夜に読んでほしい

★★★ マスカレード・ホテル 集英社 著者：東野圭吾
犯人を見つけ出す間にたくさんの仕掛けがあり、その一つ一つにバラバラしてドキッとさせられます。
登場人物の心の内を探りながら読むと一層面白いですよ。



★★ 十二人の死にたい子どもたち 文藝春秋 著者：冲方丁
安楽死したいと、廃業した病院で揃って死ぬ予定だ。
しかし、すでに1人の少年の遺体があった。密室での推理劇がはじまる。果たして12人は死んでしまうのか？

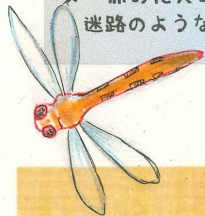


★★★ 夏と花火と私の死体 集英社文庫 著者：乙一
乙一といえばホラー。16歳の時に執筆したデビュー作です。
本書で描かれているのは生身の人間の怖さです！

★★ ずっと、ずっと、あなたのそばに
小学館文庫 著者：若月かおり
読み終わると大切な人がより大切に思えてきます。



★ 赤の他人の瓜二つ 講談社 著者：磯崎憲一郎
迷路のような物語の中をさまよう快感に酔いそうです。



2年生図書委員の私が選んだ いい曲ランキング



この秋「聞きたいアーティスト」

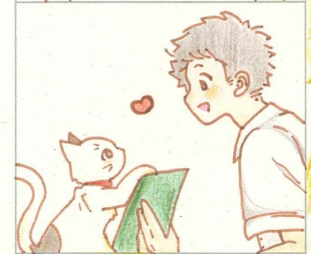
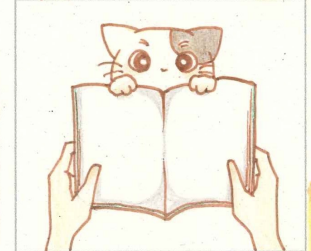
- 1位 back number 「水平線」
共感できる歌詞やエモい曲調がいい！
- 2位 BTS 「Butter」
曲もいいし踊りもいい！何よりカッコいい！
体育祭の先輩を思い出します♪
- 3位 official 髭男 dism 「Cry Baby」
始まりもサビもよく、ワクワクする
初めて聞く人もはまってしまう！
- 4位 優里 「ドライフラワー」
切ない歌詞が心に響いた！
- 5位 YOASOBI 「三原色」
声の特徴的で独創的な音楽が魅力！

スポーツで盛り上がる曲

- 1位 フルドライブ -KANA-BUN-
語感がよくポジティブな歌詞に元気がもらえる！
- 2位 Happiness -嵐-
キャッチーなメロディが耳から離れない！
- 3位 青と夏 -Mrs. GREEN APPLE-
エネルギッシュで心が燃える！
- 4位 見たこともない景色 -菅田将暉-
まっすぐな応援ソングだから心にすっと響く！
- 5位 アゲイン -WANIMA-
前向きでポジティブ、背中を押してくれる！



1年生図書委員の 5コマまんが コロナ禍の癒やし



3年生図書委員のこの夏の挑戦

一人暮らしに備えて ちょい軽ごはん作り！

朝食らくちん フルーツとヨーグルト入りシリアル

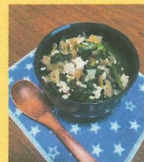
「朝は、たくさん食べれない」「お菓子っぽいものが食べたい！」
「朝時間がない」「片付けが大変」という時にも。
ビタミンCや食物繊維がたっぷり摂れ、
腸の働きを活発にする効果があります。

＜材料＞

シリアル	60g
いちご	5粒
バナナ	3分の1
プレーンヨーグルト	100g

＜作り方＞

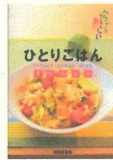
- ①下ごしらえをする
いちごはへたを取り除き、縦半分に切る。
- ②仕上げる
器にシリアルを盛って、いちご、バナナをのせ、ヨーグルトをかける。



とても美味しくできました。

挑戦した本

ひとりごはんダイエット
ヘルシーでらくちんおいしい
西東社 著者：検見崎聡美



一品で食べごたえ抜群 鶏ひき肉と小松菜のスープかけご飯

＜材料＞

温かいご飯	茶碗1杯
鶏ひき肉	50g
小松菜	100g
ザーサイ	20g
洋風スープの素	固形2分の1
塩・こしょう	各少々

おかず、スープ、ご飯が合体！
何品も作らなくても、
バランスよし。
ビタミン優秀素材の小松菜は
貧血予防にもなります。
夜食にもいいね！

＜作り方＞

- ①下ごしらえをする
小松菜は1cm幅に切る。ザーサイは8mm位に切る縦半分に切る。
- ②具を煮る
鍋に水をカップ1杯半を入れたら強火にかけ、洋風スープの素をくずしながら加える。煮立ったら、ひき肉を加えほぐしながら煮る。
再び煮立ったら中火にし、小松菜、ザーサイを加えさっと煮る。
塩こしょうで味を決める。
- ③仕上げる
器にご飯を盛り、②の具をスープごとかける。