✨しおり部メンバー募集中✨

応募方法

①電話(0263-53-3365)で申し込む

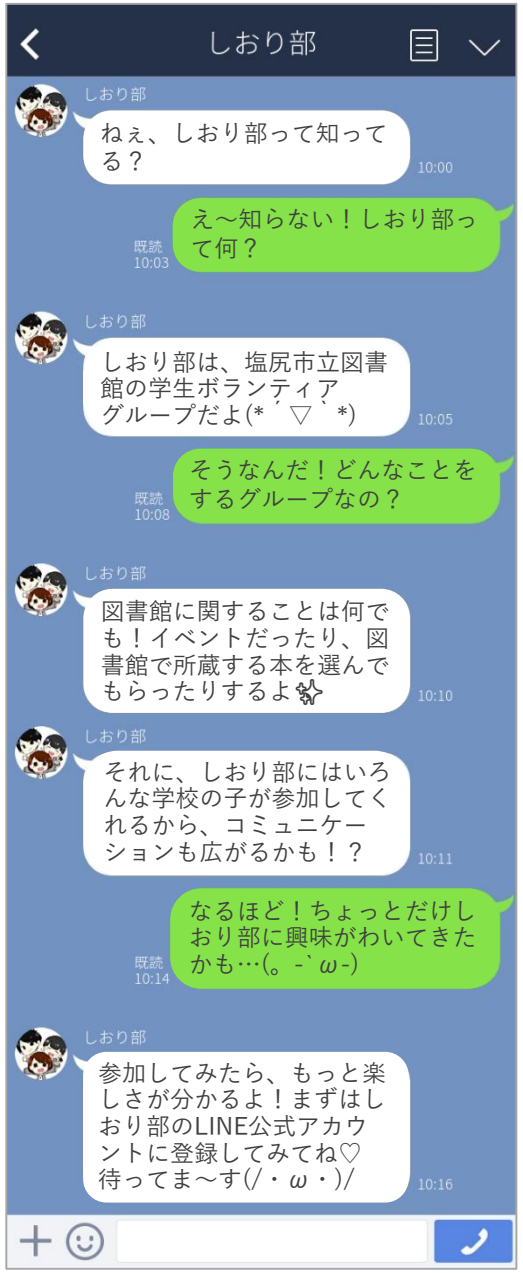
②メール(tosho@shiojiri.lg.jp)で名前・学年・電話番号を記入し申し込む
※質問等ある場合は本文内に質問を記載してください。メールで返答いたします。

③図書館カウンターで申し込む
※詳しい話が聞きたい方は担当者がお話します。お気軽にご来館ください！

④LINEで申し込む
下記のQRコードからしおり部のアカウントを登録するのもOKです！

@roi3275

◀しおり部公式アカウント
興味がある人はぜひ登録してね✨



2022年冬号
vol.43
塩尻市立図書館発行

Wa・Ka・Ba

特集：冬はおうちであたたかく

今年の冬は一段と寒くなるという噂…
おうちの中であったかく過ごしましょう！

食べ物であたたかく

ぽかぽか

あま〜いマシュマロホットチョコレートの作り方

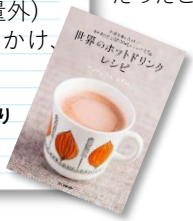
1.牛乳を沸騰直前まで温める。

2.カップにチョコレートソースを入れ、1を注ぎ、よく混ぜる。

3.カップの縁に沿ってホイップクリームを絞り、マシュマロを浮かべる。

4.チョコレートソース(分量外)とストロベリーシロップをかけ、ナッツをトッピングする。

「世界のホットドリンクレシピ」より
p.118〜119



『あいのシンプル
おうちごはんBEST
たったこれだけでごちそう!』

『まんがキッチンおかわり』

運動であたたかく

ぽかぽか

『家ヨガポーズ大全』

『自宅で2分 イケ筋トレ』

つめた〜い手を温めよう！

1.親指を中に入れて手をぎゅっと握りしめます。

2.指が反るほど手をパーに開きます。

3.これを交互に繰り返す！

簡単に温められるので
ぜひやってみてね(*´▽`*)

小説であたたかく

ほっこり

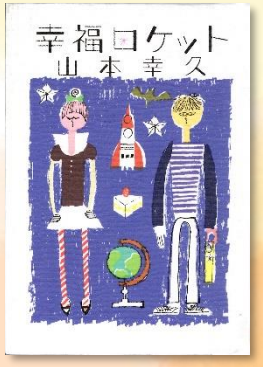
『この恋は世界で
いちばん美しい雨』

『もう一度人生をやり直したとしても、また君を好きになる。』

『教室に並んだ背表紙』

『世界は「 」で満ちている』

『ないものねだりの君に
光の花束を』



『幸福ロケット』

冬の寒さに
負けないように…

ぬくぬく

ついついおこたで
ねちゃうんだ…