



おいでよ!

# みんなの図書館

日野町立図書館(月・火・祝休館/第4木曜は本の整理日)

☎ 0748-53-1644 FAX.0748-53-3068

## 新着本ご案内

### オレたち消防団!2

藤田 市男/著 近代消防社  
 あなたは消防団を知っていますか?よく知っている人、一部分だけでほとんど知らない人、全く知らない人…。消防団をどう思いますか?良く思っている人、思わない人、自分には関係ないと思う人…。様々な人がいますが、新潟県のとある消防団分団長のお話です。



### 災害支援手帖

荻上 チキ/著 木楽舎  
 4月14日熊本で震度7の大地震が発生し、甚大な被害をもたらしました。現在各地から救いの手が差し伸べられています。地震を回避することはできませんが、被害を減らすことはできます。個人でできることから、国の施策まで…。あなたには何ができますか?



## お知らせ

### 図書館に絵本めいろあらわる!!

～きみはゴールまでたどりつけるか～

と き ● 8月6日(土)13:00～17:30(出入り自由)

ところ ● 図書館 視聴覚室

対 象 ● 小学生まで

内 容 ● クイズに答えながら、巨大迷路から抜け出そう!

## 行事予定

参加費・申し込みは不要です

### おはなし会

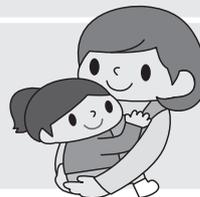
毎週土曜日  
 午前10:30～11:00  
 ※どなたでも参加できます

### 映画会

7月17日(日) 午後2:00～4:00  
 「ハートボール」  
 (2009年・アメリカ作品・119分)

### おひざでだっこのおはなし会

7月16日(土) 午前11:15～11:40  
 8月20日(土) 午前11:15～11:40  
 ※2歳児くらいまでの親子対象



## 7月

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
31						

## 8月

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	31			

■…休館日 □…おはなし会 ▣…おはなし会とおひざでだっこのおはなし会 ●…映画会  
 ※第3土曜日は両方開催

## ヘルシークッキング



## 豚肉と野菜のカレーきんぴら

- ①材料は全て千切りにする。
- ②フライパンにサラダ油大1を熱し、土しょうが、豚肉を炒める。
- ③豚肉の色が変わったら、じゃがいも、ピーマン、しいたけ、にんじん、セロリを加えて炒める。
- ④油がまわったら、調味料(A)を加えて混ぜながら歯ごたえが残る程度に炒める。

材料(4人分) 1人分: エネルギー 157kcal / たんぱく質 9.4g / 脂質 4.2g / 塩分 0.9g

- 豚肉(切り肉)……100g
- セロリ……………1/5本
- じゃがいも………2個
- 土しょうが………少量
- ピーマン……………2個
- 油……………小さじ1杯
- しいたけ……………3枚
- にんじん……………70g

- 〈Aの材料〉
- 砂糖……………大さじ1.5杯
  - 薄口しょうゆ…大さじ1杯
  - みりん……………小さじ1杯
  - カレー粉………大さじ1杯

野菜たっぷりでカレー味なので減塩にもつながります。手軽にできるので一度試してみてください



健康推進員  
 まえだ しげこ  
 前田 重子さん(中之郷)



# 保健カレンダー

行事内容	日程	時間	対象者・内容など	持ち物・備考
栄養相談	24日(水)29日(月)	9:00~11:30	食生活を見直したい方 ※要申込み	食事記録・お薬手帳
	3日(水)19日(金)	9:00~16:00		
	8日(月)10日(水)	13:00~16:00		
	23日(火)	11:00~16:00		
みそ汁塩分濃度測定日	18日(木)	9:30~11:00	どなたでもお越しください	みそ汁・スープ等(具は入れない)
赤ちゃん広場・おっぱい相談	8日(月)22日(月)	9:30~11:00	子育てや母乳・栄養について相談できる場です	母子健康手帳
妊婦相談	8日(月)22日(月)	9:30~11:00	妊娠中の困り事について、助産師等が相談に応じます。	母子健康手帳
マタニティサロン	27日(土)	10:00~11:30	妊婦さんならどなたでもお越しください	母子健康手帳
4か月児健康診査	25日(木)	受付 13:00~13:30	平成28年4月生まれのお子さん ※全体で2時間程かかります	母子健康手帳・問診票・バスタオル・オムツ・ごみ袋(オムツ用)・ミルク
10か月児健康診査	31日(水)	受付 13:30~14:00	平成27年10月生まれのお子さん ※全体で2時間程かかります	母子健康手帳・問診票・オムツ・ごみ袋(オムツ用)
1歳6か月児健康診査 歯科健診・フッ素塗布	24日(水)	受付 13:30~14:00	平成27年2月生まれのお子さん ※全体で2時間程かかります	
2歳6か月児健康相談 歯科健診・フッ素塗布	5日(金)	受付 13:30~14:00	平成26年2月生まれのお子さん ※全体で2時間程かかります	母子健康手帳・問診票 ※親子で歯を磨いてお越しください
3歳6か月児健康診査 歯科健診・フッ素塗布	4日(木)	受付 13:30~14:00	平成25年2月生まれのお子さん ※全体で2時間程かかります	

※栄養相談:食事や栄養についてお困りのことを、栄養士に相談してみませんか?お気軽に保健センターまでお電話ください。予約制で、随時受付しています。  
※会場はすべて保健センター(☎0748-52-6574)です。

## 子育て情報

事業名	日程	時間	場所	内容または対象など	問い合わせ・申込み先
親子づれすて	5日(金)26日(金)	10:00~11:30	保健センター	1日 / 自由遊び 22日 / 子育て学習@SUKU すく〜る!※家庭でできる応急手当を学ぼう 日 野消防署救急救命士さんのおはなしです。	生涯学習課 ☎0748-52-6566
おもちゃ図書館	19日(金)	9:30~11:00	保健センター	好きなおもちゃで自由に遊びます おもちゃの貸し出しも行っていきます	社会福祉協議会 ☎0748-52-1219
保育所園開放 きつずらんど	2日(火)	10:00~11:00	鎌掛分園	水遊びを楽しもう! 対象 / 6か月以上の乳幼児と保護者 ※申込み不要	鎌掛分園 ☎0748-53-0675
わらべ地域 子育て支援 センター	毎週月~金曜日 ※15日(月)・16日(火)は お休み	9:30~15:30 ※第2・4金曜日は13時まで	わらべ保育園 (いせの218)	時間内は自由に遊べます。 ※12:00~13:00はランチタイム	地域子育て支援センター ☎0748-36-1910 ☎0748-52-5555
	●折り紙&お茶タイム 1日(月)10:30~11:30 折り紙をした後、お茶を飲みながらおしゃべりタイム		●公開保育「あそびにおいでよ」 (要申込み・30組) 9日(火)10:00~11:00 年齢のクラスで遊びます。	●8月のお誕生日会(要申込み・20組) 18日(木)11:00~11:30 お誕生月のお子さんには手形のマグネットをプレゼントし、みんなでお祝いします。お誕生月以外の人も遊びに来てください。	
今日からはじめる 離乳食	10日(水)	9:45~12:00	保健センター	満5か月に達したお子さんと保護者 ※4か月受診時に申込み ※先着10組、参加費1組100円	地域子育て支援センター ☎0748-36-1910 ☎0748-52-5555
つどいのひろば 「ぼけっと」	毎週月・火・木曜日 7日(日)※第1日曜 ※15日(月)・16日(火)は お休み	10:00~15:00	児童交流施設 (中之郷428-3)	時間内は自由に過ごせます ※12:00~13:00はランチタイム	(ぼけっと)☎080-2523-4504 福祉課☎0748-52-6573
	◎赤ちゃんROOM「ころころ」 18日(木)10:30~11:30 対象 / おおむね2か月から6か月までの赤ちゃんと保護者		◎親子遊び 2日(火)10:30~11:00 手遊びやパネルシアターなどを、親子で楽しみましょう ※0歳から	◎輪になってしゃべろう「子育てQ&A」 8日(月)10:30~11:30 子育てで困っている事・悩んでいる事など、自由におしゃべりしましょう。※対象 / 1歳以上のお子さんの保護者 ※要申込み(7/11から受付)10組	
◎赤ちゃんROOM「ぴよぴよ」 23日(火)10:30~11:30 対象 / おおむね7か月から1歳未満の赤ちゃんと保護者		◎絵本と遊ぼう 4日(木)10:30~11:30 図書館の司書による、絵本の読み聞かせやわらべ歌遊び	◎お誕生会 22日(月)10:30~11:30 8月生まれのお子さんやパパ・ママをお祝いしましょう※要申込み		
◎年齢別サークル「きらきら」 30日(火)10:30~11:30 対象 / 1歳から2歳未満のお子さんとの保護者 ※しゃぼん玉遊び		◎じいじ・ばあばと遊ぼう 4日(木)10:30~11:30 祖父母の皆さん、お孫さんと一緒に遊びに来てください	◎ベビーマッサージ教室 25日(木)10:30~11:30 参加費500円(オイル代含む)・バスタオル持参(2か月~)※要申込み(7月25日から受付)10組※初回の人優先		
◎年齢別サークル「にこにこ」 29日(月)10:30~11:30 対象 / 2歳以上のお子さんとの保護者 ※体遊び しゃぼん玉遊び		◎日曜開催 7日(日)10:00~15:00 自由遊び ※平日仕事の方やパパも遊びに来てください			



※町では子育てを応援するさまざまな事業を行っています。赤ちゃんやお子さんを連れて、気軽にお出かけください。  
※この他に各地区の公民館でも子育てサロンが開催されています。日程等は公民館にお問い合わせください。  
※子育てに関する情報は、子育て応援通信「ゆっくりおおきなあれ」にも掲載しています。  
役場福祉課・保健センター・図書館・公民館などに設置していますので、ご覧ください。日野町のHPでも見ていただけます。