



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

★図書館の本は、お近くの公民館でも返却していただけます。

新着本ご案内

大人もおどろく 「夏休み子ども科学電話相談」

NHKラジオセンター「夏休み子ども科学電話相談」制作班/編者 SBクリエイティブ

夏休みにラジオで放送の「夏休み子ども科学相談室」には多くの子ども達から常識にしばられない質問が寄せられます。例えば「空はどの高さから空なのか」「植物が人間の言葉を理解するというのは本当か」など。回答者の絶妙な答えはこの本で確認してください!



歴メシ!

—世界の歴史料理をおいしく食べる—

えんどうまさし 遠藤雅司/著 柏書房

本書は「歴史のなかで失われたレシピを再現し、その料理から各時代の食文化や人々の生活を感じてほしい」と書かれたものです。例えば「マリー・アントワネットの日常」では、王妃のふだんの食事が紹介されています。お菓子以外の好物は何だったのでしょうか。



お知らせ

冬のピアノコンサート

とき ● 12月9日(土)
午後7:30~

ところ ● 図書館
児童書コーナー

内容 ● 仲上有美さんによる
ピアノコンサートです。

年末年始の休館

休館期間:12月29日(金)
~1月4日(木)

年内最終日の12月28日(木)は午後3時までの開館となります。1月は5日(金)から開館いたします。

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

12月17日(日) 午後2:00~
「富士ファミリー」
(2016年/日本作品/87分)

おひざでだっこのおはなし会

12月16日(土) 午前11:15~11:40
1月20日(土) 午前11:15~11:40
※2歳くらいまでの親子

託児サービス

12月13日、20日(水)
毎月第2・3水曜日
午前10:00~正午

12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						

1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



簡単ロールキャベツ

- ①キャベツは茹でて芯をそぎ落とす。しめじは軸をとり小房に分ける。にんじんは3mmの厚さに切り、型抜きする。
- ②厚揚げに湯をかけて油を落とす。
- ③にんにく、しょうが、ねぎをみじん切りにして、砂糖、みそと混ぜ合わせて厚揚げに塗る。
- ④キャベツを広げた上に牛肉をしき、厚揚げを巻いてようじでとめる。
- ⑤Aを煮立たせて④を並べてアルミホイルで落しづたをして5~6分煮る。このとき一緒にしめじとにんじんも煮る。

材料(4人分) 1人分: 358kcal/たんぱく質 11.4g/脂質 27.6g/食塩相当量 2.4g

- キャベツ 8枚
- 厚揚げ 2つ
- しめじ 100g
- にんじん 50g
- にんにく 1片
- しょうが 1片
- ねぎ 少し
- 牛肉こま切れ 100g
- みそ 大さじ3杯
- 砂糖 大さじ2杯

- 【 A 】
- かつおのだし汁 600CC
 - 酒 大さじ1杯
 - 醤油 小さじ2杯
 - 塩 少々
 - コショウ 少々

Point

大豆系食品は体に良いのでたっぷり食べられます。

健康推進員
つちだすがこ
土田 壽加子さん(大窪5区)



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	9日(火)10日(水)12日(金) 16日(火)18日(木)25日(木) 26日(金)29日(月)30日(火)	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
	23日(火)	11:00~16:00		
	11日(木)16日(火)19日(金) 30日(火)	13:30~16:00		
みそ汁塩分濃度測定日	19日(金)	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・おっぴ相談	15日(月)22日(月)	9:30~11:00	子育てや健康・栄養について相談もできます	母子健康手帳
妊産婦相談(要予約)	木曜日	9:00~16:00	妊娠中の困り事、産後の育児についてなど、助産師が相談に応じます	母子健康手帳 *事前にご連絡ください
お母さんお父さん教室(1回目)	19日(金)	13:00~15:30	平成30年5月~7月出産予定の方	母子健康手帳・筆記用具
4か月児健康診査	31日(水)	受付 13:00~13:30	平成29年9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・母子保健アンケート・バスタオル・オムツ・ごみ袋(オムツ用)・筆記用具・(ミルク)
10か月児健康診査	25日(木)	受付 13:30~14:00	平成29年3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)・筆記用具
1歳6か月児健康診査 歯科健診・フッ素塗布	17日(水)	受付 13:30~14:00	平成28年7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・母子保健アンケート *親子で歯を磨いてお越しください
2歳6か月児健康相談 歯科健診・フッ素塗布	24日(水)	受付 13:30~14:00	平成27年7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・きこえに関するアンケート・ささやき検査シート *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	10日(水)	受付 13:30~14:00	平成26年7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

※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(☎0748-52-6574)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
親子ぶれすて	26日(金) ※5日はお休み	10:00~11:30	保健センター	鬼面作り ※自由遊びもあります。	生涯学習課 ☎0748-52-6566
親子運動ひろば	17日(水)	10:00~11:30	日野公民館 多目的ホール	親子でふれあいながら体力づくり。対象:1歳半以上のお子さんと保護者※要申込み	生涯学習課 ☎0748-52-6566
おもちゃ図書館	12日(金)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 「きつづらんど」	23日(火)	10:00~11:00	桜谷こども園	室内遊びを楽しもう! 対象:6か月以上の乳幼児と保護者	桜谷こども園 ☎0748-53-0390
わらべ地域 子育て支援 センター	毎週月~金曜日 ※1/1~1/4と祝日は、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	わらべ地域子育て支援センター ☎0748-36-1910 わらべ保育園☎0748-52-5555
	●1月の誕生日会(要申込み・20組) 12日(金)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。		●折り紙&お茶タイム 15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) 16日(火)10:00~11:00 年齢のクラスで遊びます。
今日からはじめる 離乳食	11日(木)	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か月健診受診時に申込み(10組) ※参加費1組100円	わらべ地域子育て支援センター ☎0748-36-1910 わらべ保育園☎0748-52-5555
つどいのひろば 「ぼけっと」	毎週月・火・木曜日 14日(日) ※1/1~1/3と祝日は、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 子ども支援課☎0748-52-6583
	◎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の保護者 ※ふれあい遊び		◎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わらうた遊び		◎日曜開催 14日(日)10:00~15:00 平日は仕事の方や、パパも遊びに来てください。
◎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の保護者 ※ふれあい遊び		◎親子遊び 9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。 ※1歳から		◎ベビーマッサージ教室 16日(火)10:30~11:30 対象:生後2か月以上の赤ちゃんとの保護者 持ち物:オイル、バスタオル ※要申込み (12/18から受付)10組	
◎年齢別サークル「きらきら」 30日(火)10:30~11:30 対象 / 1歳~2歳未満のお子さんとの保護者 ※小麦粉粘土遊び 持ち物:ボウル(調理用)		◎じいじ・ばあばと遊ぼう 11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。		◎お誕生会 22日(月)10:30~11:30 1月生まれのお子さんやパパ・ママをみんなでお祝いしましょう。 ※要申込み	
◎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 ※小麦粉粘土遊び 持ち物:ボウル(調理用)					

※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「ゆっくりおおきくなあれ」にも掲載しています。

役場子ども支援課・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。日野町のホームページでも見ていただけます。