



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

小さい林業で稼ぐコツ 軽トラとチェーンソーがあればできる

農文協/編 農文協

山を他人に任せたり、放置する事が多い一方で、定年退職を機に山の手入れを始める「定年帰林」や林業を仕事にする「新規就林」が増えています。自分で山の手入れをしたい方、自分でする“小さい林業”はいかがですか?実際に行われている“コツ”をお役立て下さい。



狩猟生活VOL.1&2

地球丸

VOL.1では狩猟免許の取得、VOL.2では猟犬・獲物の解体について特集しています。「これであなたも狩猟ライフをLet's Try!」とは言え、なかなか簡単に始められるものではありませんが、自然の中で命の大切さを知るため、また地域の農作物の被害減少のため、始めてみてはいかがでしょうか。



お知らせ

健康情報講座「認知症」

第1回「認知症の基礎知識」

日時●3月3日(土)午後2:00~3:30

講師●小山 威夫さん(近江温泉病院院長)

第2回「認知症の方への接し方(仮)」

日時●3月10日(土)午前10:30~11:30

講師●蒲生 洋子さん(ケアマネージャー、認知症キャラバンメイト)

第3回「認知症を防ごう!脳いきいき教室(仮)」

日時●3月17日(土)午後2:00~3:30

講師●脳いきいきリーダーグループ「スマイルひの」

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

2月18日(日) 午後2:00~

「最高の人生のつくり方」

(2014年/アメリカ作品/94分)

おひざでだっこのおはなし会

2月17日(土)午前11:15~11:40

3月17日(土)午前11:15~11:40

※2歳児くらいまでの親子

託児サービス

2月14日、21日(水)

毎月第2・3水曜日

午前10:00~正午

2月

					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				

3月

					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



キッシュ

- ①パイシートは室温で解凍し、パイ皿の直径と高さを足した分より大きめの大きさにのばします。パイ皿にパイシートを敷き、余分な部分は取り除き、重しを入れて180度で18分焼く。9分くらいで重しをはずす。
- ②Aの材料をすべて合わせておく。
- ③たまねぎはあめ色になるまで炒める。ほうれん草は茹でて2cmくらいに切る。ハム、チーズ、パプリカは1cm角に切る。
- ④①に②と③を入れ、細切りチーズを上からふりかけ、160度で25分焼く。火が通っていればできあがり。

材料(4人分)

1人分: 256kcal/たんぱく質 7.7g/脂質 19.9g/食塩相当量 0.8g

- 【 A 】
- 全卵……………35g
 - 卵黄……………1個
 - 生クリーム(35%)…50ml
 - 牛乳……………35ml
 - 塩……………少々

- コショウ……………少々
- オールスパイス…少々
- たまねぎ……………100g
- ほうれん草……………40g
- ハム……………20g

- チーズ(塩分の少ないもの)……………20g
- パプリカ……………5g
- 細切りチーズ……………10g
- パイシート……………1枚
- 油……………少々

Point

パイシートは縮みやすいので、一度空焼きします。①のパイ皿からはみ出したパイシートは、おじつと一緒に焼くとおいしいです。

健康推進員
やまもと ひろこ
山本 弘子さん(杉)



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	5日(月)6日(火)8日(木) 13日(火)15日(木)19日(月) 30日(金)	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
	27日(火)	11:00~16:00		
	6日(火)8日(木)13日(火) 15日(木)22日(木)	13:30~16:00		
みそ汁塩分濃度測定日	16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・おっぱい相談	12日(月)26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 ※26日に「離乳食のミニ講座」があります	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(2回目)	10日(土)	9:30~12:00	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	28日(水)	受付 13:00~13:30	平成29年11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	29日(木)	受付 13:30~14:00	平成29年5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	14日(水)	受付 13:30~14:00	平成28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 *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	9日(金)	受付 13:30~14:00	平成27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・きこえに関するアンケート・ささやき声検査シート *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	7日(水)	受付 13:30~14:00	平成26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 *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	2日(金)23日(金)	10:00~11:30	保健センター	2日/自由遊び 23日/自由遊び(絵本タイム)	生涯学習課 ☎0748-52-6566		
親子運動ひろば	7日(水)	10:00~11:30	日野公民館 多目的ホール	親子でふれあひながら体づくり。 対象:1歳半以上のお子さんと保護者 ※要申込み※参加費100円	生涯学習課 ☎0748-52-6566		
おもちゃ図書館	9日(金)16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		
わらべ地域 子育て支援 センター	毎週月~金曜日 ※3/30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		
	●折り紙&お茶タイム 5日(月)19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		●3月の誕生日会(要申込み・20組) 9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。		※公開保育「あそびにおいでよ」は、 お休みです。		
今日からはじめる 離乳食	8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 11日(日)	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」 15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 ※ふれあい遊び	◎赤ちゃんROOM「ぴよぴよ」 20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 ※ふれあい遊び	◎年齢別サークル「きらきら」 27日(火)10:30~11:30 対象 / 1歳~2歳未満のお子さんと保護者 ※ふれあい遊び	◎年齢別サークル「にこにこ」 26日(月)10:30~11:30 対象 / 2歳以上のお子さんと保護者 ※ふれあい遊び	●絵本と遊ぼう 1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 らべうた遊び	●親子遊び 6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	●ほのぼのコンサート 12日(月)10:30~11:30 シュガーヒルさんのほのぼの楽しいコンサートです。 どなたでも参加していただけます。
	●じいじ・ばあばと遊ぼう 8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。	●日曜開催 11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。	●お誕生会 19日(月)10:30~11:30 3月生まれのお子さんやパパママをみんなで祝いましょう。 ※要申込み	●ぼけっとCafe 12日(月)14:00~14:45 美味しいコーヒーと手作りケーキでほっこりタイム ※要申込み(2/13から受付)20組、参加費100円	●ベビーマッサージ教室 13日(火)10:30~11:30 対象:生後2か月以上の赤ちゃんと保護者 持ち物:オイル、バスタオル ※要申込み(2/13から受付)10組		
	※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。						

