



日野町立図書館 ☎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

日本全国境界未定地の事典

浅井建爾／著（東京堂出版）

地図を眺めていて境界線が途切れている県境・市町村境が気になったことはありませんか？この本では、現在も存在する境界未定地100か所すべてを紹介しています。過去の領地や縄張り争いを反映している場所も多く、それぞれの事情と現在を教えてくれる面白い一冊。



世界史を変えた新素材

佐藤健太郎／著（新潮社）

金、鉄、紙、絹、陶磁器、コーラゲン、炭酸カルシウム、磁石、ゴム、プラスチック、アルミニウム、シリコン……これら12の素材は、その発見と活用により歴史を大きく動かしてきました。本書は興味深いエピソードをまじえながら、その意義をわかりやすく紹介しています。



お知らせ

第9回 ビブリオバトル in 日野町立図書館

- とき 6月15日(土) 13:30～15:00
- ところ 視聴覚室
- 対象 中学生以上20名程度

ビブリオバトルとは「本を通して人を知る、人を通して本を知る」ことを目的として始まったゲーム感覚の本の紹介合戦です。

※バトル（紹介者）希望の方は紹介する本をご持参ください。



行事予定

【おはなし会】

毎週土曜日 10:30～11:00
どなたでも参加できます。

【おひざでだっこのおはなし会】

6月15日(土) 11:15～11:40
乳幼児くらいから2歳児までの親子を対象に絵本や手遊び、わらべうたなどをしています。

【託児サービス】

6月12日(水)・19日(水)
毎月第2・3水曜日
10:00～12:00

【映画会】

6月16日(日) 14:00～
『こねこ』1996年/ロシア
作品(84分)

6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						

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		

●…休館日 ○…映画会
■…おはなし会 □…おはなし会とおひざでだっこのおはなし会

減塩・野菜350g摂取で生活習慣病予防

健康推進員おすすめ料理



具たくさん健康みそ汁

材料（4人分）

- ・玉ねぎ 60g ・にんじん 60g
- ・キャベツ 60g ・じゃがいも 60g
- ・しめじ 60g ・油あげ 12g
- ・みそ 34g(大さじ2弱)
- ・だし汁 700mL

旬の野菜を
たっぷり
使いましょう



作り方

- ①だし汁を作る。
- ②材料を食べやすい大きさに切り、だし汁の中に入れてやわらかくなるまで煮込む。
- ③みそを入れてひと煮立ちさせたら、できあがり。(一人分) 食塩相当量1.1g、野菜きのこの量60g

【だし汁の作りかた】



<用意するもの>
水 1000ml 昆布 5g かつお節 10g



①鍋に昆布と水を入れ、30分ほどおいてから 弱火にかける。



②昆布のまわりに泡がついてきたら、沸騰直前で昆布を取り出す。沸騰したらかつお節を加える。



③1～2分煮て火を止める。かつお節が沈むまでそのままおく。



④万能こし器やペーパータオルです。

健康推進員おすすめの健康みそ汁のポイントは、天然のだし（昆布とかつお節）を使っていること、野菜をたっぷり使っていることです。

昨年度、いろいろなイベントで試食してもらいました。家と比べると薄いと感じる方が半数以上でしたが、「天然だしと野菜のうまみでおいしい」という感想を話してくださいました。ぜひご家庭でためしてください。

◆問い合わせ先 保健センター内 日野町健康推進協議会事務局 ☎0748-52-6574

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	1日(月)・2日(火) 3日(水)・4日(木) 8日(月)・9日(火) 11日(木)・16日(火) 31日(水)	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		
	10日(水)・11日(木) 30日(火)	13:30～16:00		
みそ汁等塩分濃度測定日	12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)
離乳食教室	11日(木)	10:00～12:00 (9:45～受付開始)	平成31年1月・2月生まれのお子さんと保護者	エプロン・三角巾・手拭きタオル・子どもさんに必要なもの(食食用エプロン・ミルク・おむつなど)・離乳食教室おたずね票・母子手帳・4か月健診の離乳食資料
赤ちゃん広場・おっぱい相談	8日(月)・22日(月)	9:30～11:00	子育てや健康・栄養について相談できる場です	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31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・母子保健アンケート・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	18日(木)	(受付) 13:30～14:00	平成30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・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30年1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	4日(木)	(受付) 13:30～14:00	平成29年1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	3日(水)	(受付) 13:30～14:00	平成28年1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・早朝尿 *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(電話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)	10:00～11:30	保健センター	パネルシアター会	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
親子運動ひろば	3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
保育所園開放 きつずらんど	2日(火) 9日(火)	10:00～11:00	桜谷こども園 鎌掛分園	水遊びをしよう! 対象：6か月以上の乳幼児と保護者 *申込み不要 *水遊びの用意	桜谷こども園 ☎0748-53-0390 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 *祝日は、お休み	9:30～15:00 *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」 9日(火)10:00～11:00 年齢のクラスで遊びます。 *要申込み(20組)	●7月のお誕生日会 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、みんなで祝いします。お誕生月以外の人も遊びに来てください。		
つどいのひろば 「ぼけっと」	毎週月・火・木曜日 14日(日) *祝日は、お休み	10:00～15:00	つどいのひろば 「ぼけっと」 (河原1-1)	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 ☎0748-53-2524

つどいのひろば 「ぼけっと」

- 赤ちゃんROOM「ころころ」
4日(木)13:30～14:30(アクセサリー作り)
16日(火)10:30～11:30(おもちゃ作り)
対象：おおむね2か月から6か月未満の赤ちゃんとお保護者
- 赤ちゃんROOM「ぴよぴよ」
2日(火)10:30～11:30(手形・足形アート)
18日(木)13:30～14:30(おもちゃ作り)
対象：おおむね6か月から9か月未満の赤ちゃんとお保護者
- 赤ちゃんROOM「すくすく」
9日(火)13:30～14:30(おもちゃ作り)
25日(木)10:30～11:30(手形・足形アート)
対象：おおむね9か月から1歳未満の赤ちゃんとお保護者
- 年齢別サークル「きらきら」
23日(火)10:30～11:30(水遊び)*水遊びの用意
対象：1歳～2歳未満のお子さんとお保護者
- 年齢別サークル「にこにこ」
22日(月)10:30～11:30(水遊び)*水遊びの用意
対象：2歳以上のお子さんとお保護者

- 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
8日(月)10:30～11:30
7月生まれのお子さんやお父さん・お母さんをみんなで祝いしましょう。
*要申込み(7月生まれの方)
- ベビーマッサー教室
9日(火)10:30～11:15
対象：生後2か月以上の赤ちゃんとお保護者
[持ち物]オイル、バスタオル
*要申込み(6/9から受付)8組

- パパ・ママと遊ぼう
14日(日)10:30～11:30
対象：0～2歳児のお子さんとそのご家族
親子でふれあい遊びをしたり、おもちゃを作って遊びましょう。 *要申込み
- ママのためのゆるヨガ
18日(木)10:30～11:30
初めの方でも、気楽に身体を伸ばしてリラックスしませんか?
*要申込み(6/18から受付)先着5人
(お支払いは託児します。)



*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「ゆっくりおおくなあれ」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HPでも見ていただけます。