



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

「小さいのち」を守る

朝日新聞取材班／著 (朝日新聞出版)

年間800人以上。予期せぬ事故で失われた子どもの命の数。当事者、周囲の人、誰もができるちょっとした事で救われる小さな命。何も難しいことはない。小さな命は、みんなを守る。本書P123の女の子がどんな気持ちで「バイバイ」といったのか…心が締め付けられる。



草取りにワザあり!庭・畑・空き地、場所に応じて楽しく雑草管理

西尾剛／著 (誠文堂新光社)

庭や畑、空き地や駐車場など、抜いても抜いても出てくる雑草に手を焼いている方のために「イヤな仕事」の草取りが「楽しく」なるスゴワザをご紹介します。場所に応じた管理方法、道具を使うテクニック、雑草が主役になる「選抜管理」など、草取りのワザ満載です。



お知らせ

○第12回 ビブリオバトル in 日野町立図書館
ビブリオバトルとは、ゲーム感覚の本の紹介合戦。あなたもチャンプをめざしてみませんか？

■とき 12月21日(土) 13:30~15:00

■ところ 視聴覚室 ■対象 中学生以上

※バトラー(紹介者)希望の方は紹介する本をご持参ください。

○にんぎょうげき

■とき 12月14日(土) 14:00~15:00

■ところ 視聴覚室

■内容 人形劇サークルおにぎり村さんによる楽しい人形劇です。

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】

12月21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】

12月11日(水)、18日(水)

毎月第2・3水曜日

10:00~12:00

【映画会】

12月15日(日)14:00~

『もうろうをいきる』

2017年/日本作品(91分)

| 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 | | | | |

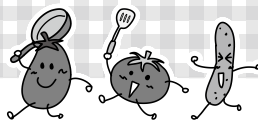
| 1月 | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 12 | 13 | 14 | 18 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | |

■…休館日 ○…映画会 ◇…託児サービス
●…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

マーボー大根



材料 (6人分)

・大根 400g ・土生姜 10g ・青ねぎ 1/2本 ・豚ひき肉 100g ・厚揚げ 2枚 ・豆板醤 小さじ1 ・ごま油 小さじ1 ・水溶き片栗粉 (片栗粉 大さじ1、水 大さじ2) A【・鶏がらスープの素 小さじ2 ・水 300mL ・甜麺醤 大さじ1 ・酒 大さじ1 ・しょうゆ 小さじ2 ・塩・こしょう 少々】

作り方

- ①大根は皮をむいて1cmの角切りにし、柔らかくなるまでゆでる。
- ②厚揚げは1cm角に切る。土生姜はみじん切り、青ねぎは小口切りにする。
- ③Aの調味料は合わせておく。水溶き片栗粉を作っておく。

④フライパンにごま油を熱し、土生姜を炒め、豆板醤を加え、豚ひき肉を加えて炒める。

⑤ひき肉の色が変わったら大根、厚揚げを加えて炒める。

⑥⑤にAの調味料を加えて煮込む。

⑦水溶き片栗粉を回し入れとろみをつける。

⑧器に盛り、青ねぎを散らす。



★おすすめポイント

厚揚げを利用することで、ボリュームが出ます。大根に味もしみておいしいです。丼物にしてもよいです。お休みの日の昼食などにいかがでしょうか。

(1人分) ●食塩相当量 0.7g ●野菜の量 105g

◆問い合わせ先 日野町健康推進協議会事務局：保健センター ☎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 | 9日(木)・14日(火) 15日(水)・16日(木) 17日(金)・22日(水) 23日(木)・24日(金) 27日(月)・31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 |
| | 28日(火) | 11:00～16:00 | | |
| | 21日(火)・31日(金) | 13:30～16:00 | | |
| みそ汁等塩分濃度測定日 | 10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 | 9日(木) | 10:00～12:00 (9:45～受付開始) | 令和元年7月・8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 | 6日(月)・20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 |
| パパママサロン | 20日(月) | 9:30～11:30 | 妊婦さんならどなたでもご参加ください | 母子健康手帳 |
| 4か月児健康診査 | 30日(木) | (受付) 13:00～13:30 | 令和元年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)・ミルク(必要な方のみ) |
| 10か月児健康診査 | 23日(木) | (受付) 13:30～14:00 | 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・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 | 22日(水) | (受付) 13:30～14:00 | 平成30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 | 16日(木) | (受付) 13:30～14:00 | 平成29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 | 15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 |

※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 (対象：町内の未就園児)

| 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 | 24日(金) | 10:00～11:30 | 保健センター | 鬼面作り 鬼面を作った後、みんなで鬼退治をしよう。 | 生涯学習課 ☎0748-52-6566 |
| おもちゃ図書館 | 10日(金) 17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ます。 | 社会福祉協議会 ☎0748-52-1219 |
| 親子運動ひろば | 8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力づくり。 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(保険代等) | 生涯学習課 ☎0748-52-6566 |
| 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 6日(月)・20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 | ●花咲きままさんのパネルシアター会 7日(水)10:00～10:30 | ●1月のお誕生日会 10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。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」 14日(火)10:00～11:00 年齢のクラスで遊びます。 *要申込み | ●おはなしもくもくさんのおはなし会 15日(水)10:00～10:30 園児さんと一緒に、おはなし会を楽しみましょう。 |
| つどいのひろば「ぼけっと」 | 毎週月・火・木曜日 12日(日) *祝日はお休み | 10:00～15:00 | 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 |
| | ○赤ちゃんROOM「ころころ」 9日(木)13:30～14:30(アクセサリー作り) 21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 | ●絵本と遊ぼう 9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 | ●お誕生会 20日(月)10:30～11:30 1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ましょう。 *要申込み(1月生まれの方) | | |
| | ○赤ちゃんROOM「ぴよぴよ」 7日(火)10:30～11:30(手形足形アート) 16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 | ●日曜開催 12日(日)10:00～15:00 対象：0～2歳児のお子さんとそのご家族 日曜日のため、平日来られない方やお父さんもお越し下さい。 | ●ママのためのゆるヨガ 16日(木)10:30～11:30 初めての方でも、気楽に身体を伸ばしてリラックスしませんか？ *要申込み(12/23から受付)8人(お子さんは託児します) | | |
| | ○赤ちゃんROOM「すくすく」 14日(火)13:30～14:30(おもちゃ作り) 23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 | ●ベビーマッサージ教室 14日(火)10:30～11:15 対象：首の座っている赤ちゃんとお保護者 持ち物：オイル、バスタオル *要申込み(12/16から受付)7組 | ●おやつを作ろう 28日(火)10:30～12:00 野菜を使っておやつを作ります。アレルギーがある場合は申込時にお知らせください。 *要申込み(12/23から受付)8人(お子さんは託児します) 持ち物：エプロン、三角巾、手ふきタオル | | |
| | ○年齢別サークル「きらきら」【にこにこ】 27日(月)10:30～11:30(小麦粉粘土あそび) 持ち物：料理用のボウル *汚れても良い服装で 対象：1歳以上のお子さんとお保護者 | ●はじめのいっしょ 17日(金)、22日(水)10:00～12:00 対象：まだ一度も「ぼけっと」に行ったことがない親子 *要申込み(12/17から受付)各3組 まずは、少人数で過ごしてみませんか？ | | | |

*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、気軽にお越しください。
*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「ゆっくりおおくなあれ」にも掲載しています。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。