

みんなのとしよかん

図書館 ☎ 531644 FAX 533068

新着本ご案内



「北極読本 歴史から自然科学、国際関係まで」

南極OB会編集委員会 編 (成山堂書店)

北極とはどんな場所で南極と何が違うのか。この本では北極について、探検の歴史から、気象、地理、生物、オーロラ、北極海航路、国際関係、北極圏の人々の営みまで、専門家がふんだんに写真や図を使い解説しています。姉妹本「南極読本」も一緒にどうぞ。



「あの子はたあれ」の童謡詩人 細川雄太郎

夕住凜 著 (サンライズ出版)

童謡詩人・細川雄太郎さんをご存知でしょうか? 「あの子はたあれ」や「ちんから峠」等、多数の童謡を残された細川さんは日野町で生まれ、奉公・出征の後、戦後は日野町で童謡を作られていました。この本では細川さんの生涯と数々の作品が紹介されています。

お知らせ

返却日の更新(延長)をご利用ください

図書館の本や雑誌を3週間で読めないときは「更新」をご利用ください。返却日までにお申し出いただければ、一度だけできます。カウンターに本をお持ちいただければ、お申し出いただいた日から3週間、予約の入っている場合・電話の場合・お持ちいただけない場合は、10日間の更新となります。ただし、延滞している本や貸出期間が1週間の本は更新できません。

また、図書館ホームページの「利用者のページ」からも更新ができます(事前のパスワード申請が必要です)。期間は10日間です。ただし、他の図書館から借りている本の更新は利用者のページではできませんので、カウンターでお申し出ください。

休館日のカレンダー

4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

5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				

行事予定

■おひざでだっこのおはなし会

4月16日(土)11:15~11:40
5月21日(土)11:15~11:40
2歳児くらいまでの親子

■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

■映画会

4月17日(日)14:00~16:00
「深夜食堂」
(2015年/日本作品[119分])

■休館日(○印)

月曜日・火曜日・祝日
資料整理日(第4木曜日)

ヘルシークッキング

春野菜の筑前煮



材料(4人分)

鶏もも肉250g、にんじん150g、ゆでたけのこ230g、ごぼう160g、菜の花70g、水煮大豆55g、塩適量、サラダ油少々、しょうゆ大さじ2、【A 酒大さじ5、砂糖大さじ3、みりん大さじ3、水600ml】

作り方

- ①鶏肉は1口大に切り、塩をふる。にんじんは皮をむき、たけのことともに乱切りにする。ごぼうは皮をむき、2cm幅の斜め切りにして酢水にさらす。菜の花は長さを半分に切る。
- ②フライパンにサラダ油を熱して鶏肉をさっと炒める。色が変わったら、にんじん、水気をきったごぼうを加えて炒め、油がまわったら大豆とAを加えて煮立てる。
- ③あくを取り、落しぶたをして弱火で10~15分煮る。
- ④たけのこ、塩小さじ2/3、しょうゆを加え、煮汁をかけながらさらに5分ほど煮る。
- ⑤菜の花を加え、ひと煮立ちさせ、器に盛る。

★1人分

エネルギー 339kcal 脂質 14.4g
たんぱく質 17.5g 食塩相当量 1.6g

ポイント

春野菜には、ほんのり甘く軽い味をつけると、菜の花のほろ苦さも引き立ちます。



健康推進員
奥野 豊子 さん
(蓮花寺)

5月 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	10日(火)・18日(火) 20日(金)・27日(金) 30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
	11日(水)・16日(月) 19日(木)	13:00～16:00		
	24日(火)	11:00～16:00		
みそ汁塩分濃度測定日	19日(木)	9:30～11:00	どなたでもお越しください	みそ汁(具は入れない)
赤ちゃん広場・おっぱい相談	9日(月)・23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
妊婦相談	9日(月)・23日(月)	9:30～11:00	妊娠中の困り事について、助産師や保健師が相談に応じます。	母子健康手帳
マタニティサロン	19日(木)	13:30～15:00	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	26日(木)	(受付) 13:00～13:30	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・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	25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 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	18日(水)	(受付) 13:30～14:00	平成26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 *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	13日(金)	(受付) 13:30～14:00	平成25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 *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	12日(木)	(受付) 13:30～14:00	平成24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 *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(☎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
親子ふれすて	6日(金)、27日(金)	10:00～11:30	保健センター	6日:自由遊び 27日:運動ひろば	生涯学習課 ☎6566
おもちゃ図書館	13日(金)、20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 ☎1219
保育所園開放 きつすらんど	17日(火) 24日(火)	10:00～11:00	17日あおぞら園 24日さくら園	戸外遊びを楽しもう! 対象:6か月以上の乳幼児と保護者 *申込み不要	あおぞら園 ☎0400 さくら園 ☎0390
わらべ地域子育て 支援センター	毎週月～金曜日	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 ☎1910、☎5555
				●折り紙&お茶タイム…2日(月)、16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」…未定日(火)10:00～11:00 年齢のクラスで遊びます。*要申込み(30組) ●5月のお誕生日会…18日(水)11:00～11:30 お誕生のお子さんには、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。*要申込み(20組)	
今日からはじめる 離乳食	11日(水)	9:45～12:00	保健センター	H27年11月生・12月生 *要申込み(4/28から受付) 先着10組、参加費100円	地域子育て支援センター ☎1910、☎5555
つどいのひろば 「ぼけっと」	毎週月・火・木曜日 8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 福祉課 ☎6573
				○赤ちゃんROOM「ころころ」…19日(木)10:30～11:30 おおむね2か月から6か月までの赤ちゃんと保護者 ○赤ちゃんROOM「びよびよ」…17日(水)10:30～11:30 おおむね7か月から1歳未満の赤ちゃんと保護者 ○年齢別サークル「きらきら」…24日(水)10:30～11:30 1歳～2歳未満のお子さんと保護者 ○年齢別サークル「にこにこ」…23日(月)10:30～11:30 2歳以上のお子さんと保護者 ●パパ・ママと遊ぼう…8日(日)10:30～11:30 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 ●親子遊び…10日(火)10:30～14:00 手遊びやパネルシアターなどを、親子で楽しみましょう。 ●絵本と遊ぼう…12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 ●じいじ・ばあばと遊ぼう…12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…16日(月)10:30～11:30 5月生まれのお子さんやパパ・ママをお祝いしましょう。 ●ベビーマッサージ教室…26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(4/26から受付)10組 *初回の人優先	

*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「ゆつくりおおきなあれ」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。