

みんなの としょかん

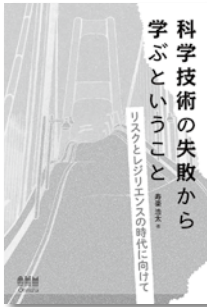
日野町立図書館 ☎0748-53-1644 FAX0748-53-3068
図書館の本は、お近くの公民館でも返却していただけます

新着本ご案内

科学技術の失敗から 学ぶということ

寿楽浩太/著 (オーム社)

なぜスペースシャトル・チャレンジャーの悲劇は起こったのか? 何が最新鋭航空機を墜落させたのか? さまざまな科学技術の失敗の原因に、技術と社会の両面から迫りつつ、そこから何を学ぶべきかを考察しています。失敗を未来に活かす考え方が学べる1冊です。



海の極小! いきもの図鑑 誰も知らない共生・寄生の不思議

星野修/著 (築地書館)

広大な海の中の数センチの空間。そこには共生や寄生をしながら生きる極小の生き物たちの世界が広がっています。著者が東京の海でつけた小さい生き物たちの驚くべき生態を、きれいな写真と共に紹介した図鑑です。



お知らせ

○文化祭の展示をご覧ください

図書館でも日野町文化祭の出品作品を展示しています。ぜひ、図書館にもお立ち寄りください。

【期間】11月7日(土)～11月15日(日)
10:00～17:00

※11月10日(火)はお休みですが、11月9日(月)は文化祭のみご覧いただけます。

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】

11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、わらべうたなどを行っています。

【託児サービス】

11月18日(水)
12月9日(水)・16日(水)
10:00～12:00

【映画会】

11月15日(日) 14:00～
『ごっこ』
2017年/日本(114分)

※行事・サービスは中止される場合があります。

11月						
月	火	水	木	金	土	日
						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						

12月						
月	火	水	木	金	土	日
	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 ◇…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

健康推進員おすすめ料理

減塩・野菜350g摂取で生活習慣病予防

牛肉とマイタケのマヨネーズ焼き

材料 (2人分)

- 牛もも薄切り肉 100g ●マイタケ 50g
- 小松菜 150g ●マヨネーズ 大さじ2
- 削り節 2.5g ●七味とうがらし 少々
- 塩・こしょう 少々 ●小麦粉 大さじ1/2
- 油 大さじ1/4

作り方

- ①牛肉はひと口大に切り、塩・こしょう、小麦粉をまぶす。
- ②マイタケは食べやすくほぐす。
- ③小松菜は3cmくらいの長さに切り、ゆでしておく。
- ④フライパンで油を熱し、①を炒める。半分ほど火が通れば②を入れ炒め、③を加えてさっと炒める。(③は色よくするため、炒め過ぎには注意する)
- ⑤マヨネーズを加え、すぐに火を止め、さっとまぜる。
- ⑥器に盛り付け、削り節と七味とうがらしをふる。



おすすめポイント

手軽にでき、栄養満点です。旬の野菜やキノコの種類を変えても美味しくいただけます。ぜひ一度お試しください。

(1人分) 食塩相当量…0.4g/野菜の量…75g



◆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	1日(火)・2日(水) 3日(木)・8日(火) 9日(水)・10日(木) 14日(月)・16日(水) 23日(火)	9:00～11:30	食事や栄養についてお困りの方 管理栄養士による個別相談です (約1時間)	食事記録・お薬手帳 ※要申込み 申込先:保健センター(☎52-6574)
	25日(金)	11:00～16:00		
	14日(月)・15日(火) 17日(水)	13:30～16:00		
	健康のための測定日 (※)	11日(金)		
離乳食教室	10日(水)	10:00～11:00 (9:45～受付開始)	令和2年6月・7月生まれの お子さんと保護者	みそ汁・スープ等(具は入れない) 子どもさんに必要なもの(バスタオル・おもちゃ・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	14日(月)・28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・バスタオル・フェイスタオル ※内容を変更する場合があります
4か月児健康診査	23日(火)	(受付) 13:00～14:15	令和2年8月生まれのお子さん ※受付時間は後日個別通知します	母子健康手帳・問診票・母子保健アンケート・オム ツ・ごみ袋(オムツ用)・ミルク(必要な方のみ)・フェイ スタオル・バスタオル
10か月児健康診査	24日(水)	(受付) 13:00～14:15	令和2年2月生まれのお子さん ※受付時間は後日個別通知します	母子健康手帳・問診票・オムツ・ごみ袋(オムツ用)・ フェイスタオル・バスタオル
1歳6か月児健康診査 歯科健診・フッ素塗布	10日(水)	(受付) 13:00～14:15	令和元年6月生まれのお子さん ※受付時間は後日個別通知します	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	3日(水)	(受付) 13:00～14:15	平成30年6月生まれのお子さん ※受付時間は後日個別通知します	母子健康手帳・問診票・きこえに関するアンケート・さ ざやき声検査シート ※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	2日(火)	(受付) 13:00～14:15	平成29年6月生まれのお子さん ※受付時間は後日個別通知します	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

※健康のための測定日: 血圧はもちろん、体重、脂肪量、筋肉量、水分量、推定骨量などの体組成が測れます。同時にご家庭のみそ汁等の塩分も測定します。管理栄養士から食事アドバイスもしてもらえます。

※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)

新型コロナウイルスの感染状況により、予定されている内容が変更や中止になる場合があります。その際は、随時町のホームページや日野め〜るでお知らせします。

参加される方は、親子共に自宅で検温をし、発熱や咳・くしゃみなど体調不良の場合はご利用をお控えください。手洗いや消毒、マスクの着用(大人)のご協力をお願いいたします。

赤ちゃんを連れて来られる方は、寝かせるときに使用するバスタオルを持参してください。

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	4日(金)	10:00～11:30	保健センター	クリスマス会 クリスマスの工作をしたあと、クリスマス会を します。*要申込み(11/4から受付)15組	生涯学習課 ☎52-6566
マイナス1歳からの 子育て講座	13日(日)	10:00～11:45	保健センター	パパが子育てを楽しむために〜子育てのコツ、教えます〜 *要申込み(受付中)20組 *託児あり(10名)	
親子運動ひろば	2日(火)	10:00～11:30	日野公民館	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 *参加費100円(保険代等)	
おもちゃ図書館	11日(金) 18日(金)	9:30～11:00	保健センター	11日…クリスマスのついで *要申込み(子ども30人) *11月の開催日に参加して申込みをしてくだ さい。*参加費:子ども一人100円 18日…好きなおもちゃで自由に遊び	社会福祉協議会 ☎52-1219
わらべ地域子育て 支援センター	毎週月～金曜日	9:30～12:00 13:00～15:00 *第2・4金曜日は12時まで	わらべ保育園 (いせの218)	時間内は自由に遊べます。	わらべ地域子育て支援センター ☎36-1910 ☎52-5555
	●折り紙&お茶タイム	7日(月)・21日(月)	10:30～11:30	●12月の誕生会	11日(金)10:30～11:00
つどいのひろば 「ぼけっと」	毎週月・火・木曜日 *日曜開催は休み	10:00～12:00 13:00～15:00	ぼけっと (河原1-1)	3密を防ぐために、利用していただける対象を分 けさせていただく日があります。きょうだいの未 就園児さんは一緒に来ていただいて結構です。	ぼけっと ☎53-2524
	○赤ちゃんROOM「ころころ」	対象: おおむね2か月から6か月未満の赤ちゃん と保護者 3日(水)13:00～15:00(ふれあい遊び) 15日(火)10:00～12:00(おもちゃ作り)	●オープンルーム(10:00～12:00) 28日(月)	●すっきりエクササイズ 17日(水)10:30～11:30 簡単なストレッチや筋トレで、日ごろの運動 不足を解消しましょう。 *要申込み(11/17から受付)10組 *動きやすい服装で 【持ち物】水またはお茶、タオル	
	○赤ちゃんROOM「びよびよ」	対象: おおむね6か月から9か月未満の赤ちゃん と保護者 1日(月)10:00～12:00(おもちゃ作り) 17日(水)13:00～15:00(からだ遊び)	●オープンルーム(13:00～15:00) 1日(火)、7日(月)、10日(水)、14日(木)、 15日(火)、21日(月)、22日(火)、24日(水)、 28日(月) *年齢制限はありませんが、来所者が多い 場合は、ご利用時間を制限させていただきます。	●お誕生会 21日(月)10:30～11:00 12月生まれのお子さんと保護者さんを皆でお祝 いしましょう。花咲きままさんのパネルシアター もあります。 *要申込み(11/24から受付)10組	
	○赤ちゃんROOM「すくすく」	対象: おおむね9か月から1歳未満の赤ちゃん と保護者 8日(木)13:00～15:00(ふからだ遊び) 24日(水)10:00～12:00(おもちゃ作り)	●絵本と遊ぼう 3日(水)10:30～11:00 図書館の司書さんによるおはなし会です。 *要申込み(11/4から受付)10組	●日曜開催 12月の日曜開催は「マイナス1歳からの子 育て講座」の託児のため、お休みとさせてい たいただきます。	
○年齢別サークル「きらきら」	対象: 1歳から2歳未満のお子さんと保護者 7日(月)・14日(月)10:00～12:00	●親子でリトミック 8日(火)10:30～11:15 対象: 2歳以上のお子さんと保護者 音楽に合わせて、親子一緒に体を動かして遊 びましょう。 *要申込み(11/9から受付)10組			
○年齢別サークル「にこにこ」	対象: 2歳以上のお子さんと保護者 10日(水)・22日(火)10:00～12:00				

*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。

*このほか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・つどいのひろば「ぼけっと」・わらべ地域子育て支援センター・図書館・公民館などに設置していますので、ご覧ください。町のホームページでもご覧いただけます。