

みんなの としょかん

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 *

新着本のご案内

エレクトロニクスラボ

DK社／著（オーム社）

子どもの頃、わくわくしながらゴムやばねで動くおもちゃを作りませんでしたか？この本は、現実にあるものがどうやって動いているのかを、身近なものでできる簡単な工作を通して知ることができる一冊です。



ハシビロコウのすべて(改訂版)

今泉忠明／監修（廣済堂出版）

動かないことで有名なハシビロコウ。なぜ動かないのか、どこに生息しているのかなど、謎だらけのハシビロコウの秘密がたくさんの写真とともに解説されています。めったに見られない、飛ぶ姿や後頭部などの写真もありますよ！



お知らせ

○廃棄雑誌を配布します

【と き】5月28日（金）～なくなり次第終了

【ところ】視聴覚室・展示コーナー

○ルール電子図書館活用講座

【と き】5月23日（日）【ところ】視聴覚室

詳しくは、図書館だより、ホームページ等をご覧ください。

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】

5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。

※行事・サービスは中止される場合があります。

【託児サービス】

5月12日（水）・19日（水）
毎月第2・3水曜日

10:00～12:00

【えいが会】

5月16日（日）14:00～

『生きてるだけで、愛』

2018年／日本（109分）

定員20名

5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						

6月						
月	火	水	木	金	土	日
					1	2
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

●…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

里芋のグラタン風味噌マヨ焼き

材料（2人分）

- 里芋 150g ●ブロッコリー 50g
- にんじん 40g ●鶏むね肉 80g
- ソース（味噌 大さじ1／マヨネーズ 大さじ1／みりん 大さじ1）
- チーズ 50g ●青ネギ 10g
- 塩・こしょう 少々 ●サラダ油 少量

作り方

- ①里芋は洗ってゆで、皮をむき食べやすい大きさに切る。ブロッコリーは小房に分け、固めにゆでしておく。にんじんは小さめの乱切りにして、ゆでしておく。
- ②鶏むね肉は、そぎ切りにして少量のサラダ油でいため、軽く塩こしょうをする。
- ③ソースの調味料を合わせておく。
- ④①と②をグラタン皿に並べ、③をかける。上にチーズと小口切りの青ネギを乗せる。
- ⑤230度に予熱したオーブンで15～20分程度焼く。



おすすめポイント

野菜が獲れない時季などには、冷凍の里芋やブロッコリーを使うとお手軽にできます。主役の里芋をじゃがいも、さつまいもに変えてみるだけで、また違った味わいのあるメニューになります。ぜひお試しください。

（1人分）食塩相当量…2.3g／野菜の量…50g



◆問い合わせ先 日野町健康推進協議会事務局 福祉保健課 保健担当 ☎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)・7日(月) 10日(木)・11日(金) 17日(火)・21日(月) 22日(火)・25日(金) 28日(月)・29日(火)	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
	25日(金)	11:00～16:00		
	14日(月)・16日(火)	13:30～16:00		
離乳食教室	10日(木)	10:00～11:00 (9:45～受付開始)	令和2年12月・令和3年1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)・離乳食教室おたすね票・母子手帳・4か月健診の離乳食資料
パパママサロン	12日(土)	9:30～11:30	妊娠期の健康、出産、子育てについて相談ができます	母子健康手帳 ※詳細は、母子健康手帳交付時にお渡ししたチラシをご覧ください
赤ちゃん広場 おっぱい相談	7日(月)・21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3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・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・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(木)	(受付) 13:00～14:15	令和元年12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・バスタオル *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(木)	(受付) 13:00～14:15	平成30年12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	2日(火)	(受付) 13:00～14:15	平成29年12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・バスタオル *親子で歯を磨いてお越しください

※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	4日(金)	10:00～11:30	保健センター ホール	てるてるぼうず作り *要申込み(4/23から受付)15組	生涯学習課 ☎0748-52-6566
	25日(金)			自由遊び *要申込み(5/21から受付)15組	
親子運動ひろば	2日(火)	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 *申込み 15組 *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	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
わらべ地域子育て 支援センター	毎週月～金曜日	月・水・金 9:30～12:00 火・木 9:30～11:30 13:00～15:00	わらべ保育園 (いせの218)	時間内は自由に遊べます。 おもちゃの消毒や掃除をするため、利用時間 を変更していますのでご注意ください。	わらべ地域子育て支援センター ☎0748-36-1910 ☎0748-52-5555
	●折り紙教室 7日(月)・21日(月)10:30～11:30 折り紙の先生と一緒に、折り紙を楽しみましょう。季節に合わせた 折り紙も教えてもらえます。●6月の誕生会 11日(金)10:30～11:00 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。				
つどいのひろば 『ぼけっと』	毎週月・火・木曜日 13日(日)	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 けさせていただきます。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 ☎0748-53-2524
	○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お保護者 3日(木)13:00～15:00(ふれあい遊び) 15日(火)10:00～12:00(手形足形アート) ○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お保護者 1日(火)10:00～12:00(手形足形アート) 17日(火)13:00～15:00(ふれあい遊び) ○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お保護者 8日(火)13:00～15:00(ふれあい遊び) 24日(火)10:00～12:00(手形足形アート) ○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お保護者 10日(木)・22日(火)10:00～12:00 ○年齢別サークル「にこにこ」 対象：2歳以上のお子さんとお保護者 7日(月)・28日(月)10:00～12:00 ●オープンルーム(10:00～12:00) 29日(火) ●オープンルーム(13:00～15:00) 1日(火)、7日(月)、10日(木)、14日(月)、15日(火)、21日(月)、 22日(火)、24日(木)、28日(月)、29日(火) *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場合があります。				
●絵本と遊ぼう 3日(木)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(5/6から受付)8組 ●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お保護者 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(5/9から受付)8組 ●日曜開催 13日(日)10:00～12:00、 13:00～15:00 対象：0～2歳児のお子さんご家族 日曜日のため、平日は来られない方やお父 さんもお越しください。 密を避けるため、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場合があります。					
●ぼけっとCafé 14日(月)10:00～12:00 *ケーキの受け取りは11:30分頃になります。 ぼけっとCaféでお馴染みのボランティアグ ループ「まっぼくく」さんが、手作りケーキ を提供していただきます。ぼけっとでの飲食は できませんので、テイクアウトのみになります。 *ケーキ1個100円 *要申込み(5/14から受付)10組 *定員を超えた場合は、ケーキの受け取りの みとなります。 ●すっきりエクササイズ 17日(木)10:30～11:15 簡単なストレッチや筋トレで、日頃の運動不 足を解消しましょう。 *要申込み(5/17から受付)8組 *動きやすい服装で [持ち物] 水またはお茶、タオル ●お誕生会 21日(月)10:30～11:00 6月生まれのお子さんや保護者さんをみんな でお祝いしましょう。花咲きまさんのパネルシ アターもあります。 *要申込み(5/21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。