



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・鼻水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・申し込み先
親子運動ひろば	14日 日	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 *要申し込み *参加費 1組 100円	生涯学習課 ☎0748-52-6566
おもちゃ図書館	14日 日 21日 日	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
保育所・こども園「きつずらんど」	26日 木	10:00～10:45 (受付 9:45～)	西桜谷公民館 (西桜谷体育館)	散歩に行こう！（雨天時は屋内遊び） 対象：6か月以上の乳幼児と保護者 *要申し込み（10日前から受付）10組	桜谷こども園 ☎0748-53-0390
親子ぶれすて	28日 日	10:00～11:30	保健センター	ハロウィンを楽しもう 仮装グッズを作っておでかけしよう *要申し込み（10/7から受付）15組 持ち物：必要ならベビーカー	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～日	月・水・木 9:30～11:30 13:00～15:00 火・金 9:30～12:00	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
●折り紙教室…3日 日、17日 日 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。 ●10月の誕生会…14日 日 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。 ●妊婦さんもおそびにおいでよ…25日 木 10:30～11:30 対象：妊婦さん、未就園児と保護者 妊娠中や産後の困りごと・気になること・聞きたいことなど、先輩ママさんと気軽にお話しできます。*要申し込み					
つどいのひろば『ぽけっと』	毎週 月・水・木 16日 日	9:30～11:30 13:00～15:00 *9月から午前の開設時間を変更しています	『ぽけっと』 (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は一緒に来ていただいて結構です。	『ぽけっと』 ☎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は保護者 27日 木 9:30～11:30 (手形足形アート) ○赤ちゃんROOM「ぴよぴよ」対象：おおむね6か月から1歳未満の赤ちゃんとは保護者 13日 木 9:30～11:30 (手形足形アート) ○赤ちゃんROOM「ころころ」「ぴよぴよ」対象：おおむね2か月から1歳未満の赤ちゃんとは保護者 3日 日、20日 木 13:00～15:00 時間内は自由に遊びに来ていただけます。 ○年齢別サークル「きらきら」 対象：1歳のお子さんと保護者 4日 木 9:30～11:30 松尾公園で遊ぼう 持ち物：帽子・お茶・タオル 17日 日 9:30～11:30 自由遊び ○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 3日 日 9:30～11:30 松尾公園をお散歩しよう 持ち物：帽子・お茶・タオル 25日 木 9:30～11:30 おはなしもくもくさんのおはなし会 ●オープンルームAM(9:30～11:30) 11日 木、20日 木、31日 日 ●オープンルームPM(13:00～15:00) 4日 木、6日 木、11日 木、13日 木、17日 日、 18日 木、24日 日、25日 木、27日 木、31日 日 *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く場合があります。 ●絵本と遊ぼう 6日 木 10:15～10:45 図書館の司書さんによるおはなし会です。 *要申し込み(9/6から受付)12組 ●パパ・ママと遊ぼう！ 16日 日 10:00～11:00 対象：0～2歳児のお子さんとはご家族 町内のボランティアグループ“日野レクリエーション協会「とんぼ」”さんと一緒に、親子でふれあい遊びをしたり簡単なおもちゃを作ったりして楽しく過ごしましょう。 *要申し込み(9/16から受付)12組 ●日曜開催(オープンルームPM) 16日 日 13:00～15:00 対象：0～2歳児のお子さんとはご家族 時間内は自由に遊んでいただけます。日曜日なので、平日は来られない方やお父さんもお越しください。 *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く場合があります。 ●親子でリトミック 18日 木 10:00～10:45 対象：2歳以上のお子さんとは保護者 音楽に合わせて、親子一緒に体を動かして遊びましょう。 *要申し込み(9/20から受付)10組 ●お誕生会 24日 日 10:00～10:30 10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。花咲きママさんのパネルシアターもあります。 *要申し込み(9/26から受付)12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。日程など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『ぽけっと』・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。

日野町
ホームページ



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	3日 月・4日 火 5日 水・6日 木 13日 土・14日 日 24日 月・26日 水 27日 木	食生活を見直したい方 *要申し込み	食事記録・お薬手帳
	28日 金		
	12日 水・14日 金 31日 月		
健康のための測定日(※)	26日 水	どなたでもお越しください	みそ汁・スープなど(具は入れない) *体組成測定のため裸足になっていただくことがあります
離乳食教室	13日 土	令和4年4月・5月生まれのお子さん と保護者	みそ汁・スープなど(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・オムツなど)・離乳食教室おたずね票・母子健康手帳・4か月健診の離乳食資料
パパママサロン	8日 土	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	17日 月・31日 月	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	26日 水	(受付) 13:00~14:15 令和4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・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	27日 木	(受付) 13:00~14:15 令和3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・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	13日 土	(受付) 13:00~14:15 令和3年4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	6日 土	(受付) 13:00~14:15 令和2年4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	5日 水	(受付) 13:00~14:15 平成31年4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

※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など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。

◆問い合わせ先 福祉保健課 保健担当 ☎ 0748-52-6574

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

豚ひき肉団子のトマトソース煮

材料(2人分)

- 豚ひき肉……………150g
- たまねぎ……………150g
- セロリ……………20g
- にんじん……………60g
- こしょう……………少々
- オリーブ油…大さじ1/2
- トマト水煮缶(カット)……………1/4缶100g
- ローリエ……………1枚
- 砂糖……………小さじ1/4
- 水……………75mL
- さやいんげん……………20g

作り方

- ①たまねぎ・にんじん・セロリはみじん切りにする。
- ②豚ひき肉に①のたまねぎ100g、こしょうを加えてよく混ぜ合わせ、6等分にして丸める。
- ③鍋にオリーブ油を中火で熱し、残りのたまねぎ・にんじん・セロリを炒める。しんなりとなったらAを加えて混ぜる。煮立ったら②を加え、ふたをして7~8分煮る。肉団子の表面の色が変わったら軽く混ぜ、弱火にする。ふたをして時々混ぜながら、汁けがなくなるまで煮る。
- ④さやいんげんは4cmの長さに切り、ゆでる。③に添える。



健康推進員のおすすめポイント

さっぱりとしたトマト味の中に野菜のうまみを感じられるソースのお料理は、残暑がまだまだ続くこの時期にピッタリでどの世代にも喜ばれます。
さやいんげんの代わりに、サッと炒めたピーマンに変えて、混ぜ込んでおいしいです。

(1人分)食塩相当量…0.9g/野菜の量…175g

◆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