



子育て情報

2024年9月

対象

町内の未就園児

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。

- 参加される方は親子ともに自宅で検温をし、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。
- 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・対象など	問い合わせ・申し込み先
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べます。 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	13日金	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(定員に達しました) *参加費1組100円	生涯学習課 ☎0748-52-6566
きっずらんど	17日火	10:00～11:00	こばと園	園で遊ぼう！ 対象：6か月以上の乳幼児と保護者 *要申し込み(9/6から受付)10組程度	こばと園 ☎0748-52-3584
親子ぶれすて	27日金	10:00～11:30	日野公民館	ちびっこ運動会 かけっこや玉入れなど楽しく体を動かしましょう。 対象：未就園児と保護者 *要申し込み(9/6から受付)15組	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	月・火・水・木・金 9:30～11:30 13:00～15:00 金 9:30～12:00	わらべ保育園	時間内は、好きなおもちゃで親子で自由に遊べます。 時間内の出入りは自由です。	わらべ地域子育て 支援センター ☎0748-36-1910
	●折り紙教室 …2日月10:30～11:30 折り紙の先生と一緒に、季節に合わせた折り紙を楽しみましょう。 ●9月の誕生会 …13日金10:30～11:00 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。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 …24日火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できます。				
つどいのひろば 『ぼけっと』	毎週 月～金と 8日日	月・火・水・木・金 9:30～11:30 13:00～15:00 日 9:30～11:30	『ぼけっと』	利用対象を分けている日や、申し込みの必要な日があります。 ぎょうだいの未就園児は一緒に来ていただけます。	『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保護者 10日火9:30～11:30 ミニ講座「本当はすごい！赤ちゃんの運動発達」*要申し込み(8/16から受付)6組 26日金9:30～11:30 ふれあい遊び *プレママサロンも一緒にいきます。 ○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保護者 12日水9:30～11:30 ふれあい遊び 24日火9:30～11:30 ミニ講座「本当はすごい！赤ちゃんの運動発達」*要申し込み(8/20から受付)6組 ○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保護者 6日金、20日金13:00～15:00 親子で遊んだり、ふれあい遊びをしたりしています。 ○年齢別サークル「きらきら」 …対象：1歳のお子さんと保護者 3日火9:30～11:30 おもちゃ作り ○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 19日水9:30～11:30 おもちゃ作り ●オープンルームAM(9:30～11:30) …6日金、11日火、13日金、18日水、25日水、27日金 ●オープンルームPM(13:00～15:00) …2日月、3日火、5日木、9日土、10日火、12日木、13日金、17日火、19日木、 24日火、26日木、27日金、30日土 *年齢制限はありません。どなたでも遊びに来ていただけます。 ●すくすく広場 …2日月、30日月9:30～11:30 *相談は11:00まで どなたでも遊びに来ていただけます。保健師・助産師・栄養士がいますので、相談も気軽にできます。 ●ぼけっとCafé …4日火9:30～11:30 ボランティアグループ「まつぼっくり」さんの、おいしいコーヒー(ジュース)と手作りケーキをみんなでいただきます。 ケーキのテイクアウト(1個100円)もできます。 *要申し込み(8/5から受付)20組 *ケーキと飲み物のセット100円 *持ち物：お皿、フォーク ●絵本と遊ぼう …5日水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(8/5から受付)12組 ●日曜開催(オープンルーム) …8日日9:30～11:30、13:00～15:00 対象：未就園児または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もお越しください。 ●お誕生会 …9日月9:30～11:30 自由遊びの後、お誕生会をします。誕生月のおさんは、親子で写真を撮ってカードに 仕上げてプレゼントします。 *9月生まれのお子さんや保護者さんは準備の都合上、申し込みが必要です。その他の方は申し込みは不要です。 ●双子ちゃんサークル …12日水9:30～11:30 対象：双子(多胎児)のお子さんと保護者 ●ベビーマッサージ教室 …17日火10:30～11:15 対象：首のすわっている赤ちゃん和保護者 持ち物：オイル(使っている物があれば)、バスタオル *要申し込み(8/19から受付)8組				

*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「ゆっくりおおきなあれ」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。

町ホームページ





保健カレンダー

2024年9月

会場
保健センター

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☖・4日☖ 5日☖・12日☖ 19日☖・20日☖ 24日☖・27日☖ 30日☖	9:00～11:30 食生活を見直したい方 *要申し込み	食事記録・お薬手帳
	18日☖・20日☖ 27日☖・30日☖	13:30～16:00	
離乳食教室	11日☖	10:00～11:30 (9:45～受付) 令和6年3月・令和6年4月生まれのお子さんと保護者	お子さんに必要なもの(食事用エプロン・バスタオル・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か月児健診の離乳食資料
プレママサロン	26日☖	10:00～11:00 (9:45～受付) 妊娠7～9か月の妊婦さん *対象者には、事前に案内を送付します	母子健康手帳・アンケート用紙2種類(事前に記入をして持参ください) *詳細は、事前に送付したチラシをご覧ください
すくすく広場 (※会場は、つどいのひろば「ぽけっと」です)	2日☖・30日☖	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・フェイスタオル・バスタオル
4か月児健康診査	25日☖	(受付) 13:00～14:00 令和6年5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	26日☖	(受付) 13:00～14:00 令和5年11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
2歳6か月児健康相談 歯科健診・フッ素塗布	5日☖	(受付) 13:00～14:00 令和4年3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	4日☖	(受付) 13:00～14:00 令和3年3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

◆問い合わせ・申し込み先 福祉保健課 保健担当 ☎0748-52-6574

毎日! 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

ささみのしそ天

材料(2人分)

- 鶏ささみ 3本(150～160g)
- 塩 少々
- 酒 少々
- 青じそ 10枚
- ししとう 4本
- 小麦粉 大さじ2
- 片栗粉 大さじ1
- 水 大さじ2～3
- 揚げ油 適量
- 塩 ひとつまみ
- レタス 20g
- ミニトマト 4個
- レモン 半切り1枚(5g)

作り方

- ①鶏ささみは筋を取り除き、4～5cmの長さに切り、塩・酒をふる。
- ②青じそは細切りにする。ししとうは、つまようじで穴をあけておく。
- ③ボウルに小麦粉と片栗粉を入れ、分量の水を加えて衣を作る。②の青じそを加えてざっと混ぜ、①の鶏ささみも加える。
- ④中温(170℃)の揚げ油でししとうを素揚げにし、塩をふる。続いて③をカラッと揚げる。
- ⑤揚げたてを器に盛り、レタスとミニトマトを添える。お好みでレモンを添える。



(1人分)食塩相当量 1.1g 野菜の量 62g

健康推進員の おすすめポイント

小麦粉と片栗粉を使っているので、べたつきにくく、青じその香りがふんわりとするお弁当のおかずにもぴったりな一品です。

●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