



子育て情報

2025年2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
きっずらんど	4日	10:00～11:00	あおぞら園 鎌掛分園	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(1/24から受付) 10組程度	あおぞら園鎌掛分園 ☎0748-53-0675
親子運動ひろば	14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 *参加費1組100円 *申し込みは定員に達しました。	生涯学習課 ☎0748-52-6566
おもちゃ図書館	14日 21日	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
親子ぶれすて	28日	10:00～11:30	保健センター	ひなまつりの工作 自由遊びの時間もあります。 対象：未就園児と保護者 *要申し込み(2/7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 (祝日を除く)	9:30～11:30 13:00～15:00 ※ 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…3日、17日 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。 ●2月の誕生会…14日 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、みんなでお祝いをします。 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&ベビーマッサージ…25日 10:00～11:30 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 (祝日を除く) *日曜開催 は9日 *21日AMは休み	月・火・水・金 9:30～11:30 13:00～15:00 ※ 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。き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 12日 9:30～11:30 おもちゃ作り 27日 9:30～11:30 ふれあい遊び *プレマサロンも一緒に行います。保健師・助産師がいますので、相談も気軽にできます。 ○赤ちゃんROOM「びよびよ」…対象：おおむね6か月から1歳未満の赤ちゃん と保護者 13日 9:30～11:30 ふれあい遊び 25日 9:30～11:30 おもちゃ作り ○赤ちゃんROOM「ころころ」「びよびよ」…対象：おおむね2か月から1歳未満の赤ちゃん と保護者 7日、21日 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 4日 9:30～11:30 運動遊び ○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 20日 9:30～11:30 運動遊び ●オープンルームAM(9:30～11:30)…5日、7日、14日、19日、26日、28日 ●オープンルームPM(13:00～15:00)…3日、4日、6日、10日、13日、14日、17日、18日、20日、25日、27日、28日 *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…3日、17日 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。 ●絵本と遊ぼう…6日 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(1/6から受付)12組 ●日曜開催(オープンルーム)…9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 とご家族 日曜日なので、平日は来られない方もお越しください。 ●お誕生会…10日 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。 *2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不要です。 ●双子ちゃんサークル…13日 9:30～11:30 対象：双子(多胎児)のお子さん と保護者 お子さんを遊ばせながら、保護者同士がお喋りしたり情報交換する場です。 ●親子でリトミック…18日 10:00～10:45 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。 *要申し込み(1/20から受付)12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

2025年2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	4日 火 ・5日 水 10日 月 ・13日 木 17日 月 ・20日 木 27日 火 ・28日 金	食生活を見直したい方 *要申し込み	食事記録・お薬手帳
	17日 月 ・19日 水 28日 金		
離乳食教室	12日 水	令和6年8月・令和6年9生まれのお子さんと保護者	子どもさんに必要なもの(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	27日 火	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「ぼけっと」です)	3日 月 ・17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・フェイスタオル・バスタオル
4か月児健康診査	26日 水	(受付) 13:00～14:00 令和6年10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 火	(受付) 13:00～14:00 令和6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・オムツ・ごみ袋(オムツ用)・フェイスタオル・バスタオル
1歳8か月児健康診査 歯科健診・フッ素塗布	13日 火	(受付) 13:00～14:00 令和5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・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 火	(受付) 13:00～14:00 令和4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・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) 13:00～14:00 令和3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・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

しょうがとねぎのつみれ鍋

材料(2人分)

- 白菜 …………… 1/8個(350g)
- にんじん …………… 1/4本(40g)
- 長ねぎ …………… 1/2本(50g)
- しいたけ …………… 4個(90g)
- すりおろししょうが …………… 30g
- 鶏ひき肉…………… 200g
- 長ねぎみじん切り…………… 1/2本(50g)
- 片栗粉 …………… 大さじ1
- 塩 …………… 少々
- 水 …………… 600mL
- 酒 …………… 大さじ1
- 顆粒中華だしの素…大さじ1/2
- しょうゆ …………… 小さじ2
- ごま油…………… 小さじ1

作り方

- ①白菜は3cm幅に、にんじんは5mm幅に切る。しいたけは食べやすい大きさに切る。
- ②ボウルにA、すりおろししょうが(10g)を入れ、粘りが出るまで混ぜる。8等分にして一口大に丸める。
- ③鍋にBを入れて中火で熱し、煮立たせる。
②とにんじんを加え、ふたをして弱火で5分ほど煮る。
- ④白菜、しいたけ、1cm幅の斜め切りにした長ねぎを加え、ふたをしてさらに中火で5分ほど煮る。
- ⑤ふたを取り、残りのすりおろししょうが(20g)を加え混ぜ合わせたらできあがり。



(1人分)食塩相当量 2.0g 野菜の量 260g

健康推進員の おすすめポイント

「冬は鍋」というご家庭が多いと思います。今回のメニューはたっぷり野菜を食べられ、ねぎやしょうがに含まれる成分が血行を促進し、体をあたためてくれる効果があります。

●問い合わせ先 日野町健康推進協議会事務局(福祉保健課内) ☎0748-52-6574