



# 子育て情報

2025年6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。

子育て情報の公式LINE「ひのこどもタウン」です。ぜひ登録してください。



事業名	日程	時間	場所	内容または対象など	申し込み・問い合わせ先
町立保育所・こども園 園開放「きつずらんど」	10日 ㊗	10:00~11:00 (受付 9:45~10:00)	桜谷こども園 (第2園舎)	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(10日前から受付)10組	桜谷こども園 (第2園舎) ☎0748-36-0390
公開保育「あそびにおいでよ」	12日 ㊗	10:00~11:00	第二わらべ保育園	年齢のクラスに入って、一緒に遊びます。 *要申し込み(5/12から受付) 0・1・2歳児とも各3組	第二わらべ保育園 ☎0748-36-3559
親子運動ひろば	13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(6/6まで受付)15組 *参加費1組100円	生涯学習課 ☎0748-52-6566
おもちゃ図書館	13日 ㊗ 20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きます。	社会福祉協議会 ☎0748-52-1219
親子ぶれすて	27日 ㊗	10:00~11:30	日野公民館	「ちびっこ運動会」 楽しい競技がたくさん!親子で体を動かしましょう。 対象:未就園児と保護者 *要申し込み(6/6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 ㊗~㊗	㊗ 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…2日 ㊗、16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。 ●ガムテープバッグ作り…11日 ㊗ 10:00~11:30 ボランティアグループ「こびとのくつやさん」と一緒に、かわいいバッグを作りましょう。 *要申し込み(5/12から受付)12組 ●6月の誕生会…13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…24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しできます。	
	毎週 ㊗~㊗ *日曜開催は8日 ㊗	㊗ AM…9:30~11:30 PM…13:30~16:00 *㊗はAMのみ *8日のPMは13:30~15:00	『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と一緒に来ていただけます。 *午後の開所時間と赤ちゃんRQQMの月齢の分け方を変更しました。	『ぼけっと』 ☎0748-53-2524
つどいのひろば『ぼけっと』				○赤ちゃんROOM「ころころ」…対象:おむね2か月から6か月の赤ちゃんと保護者 3日 ㊗ 10:00~11:30 ミニ講座「本当はすごい!赤ちゃんの運動発達」 *要申し込み 26日 ㊗ 9:30~11:30 ふれあい遊び *26日はプレマサロンも一緒にいきます。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:おむね7か月から11か月の赤ちゃんと保護者 24日 ㊗ 10:00~11:30 ミニ講座「本当はすごい!赤ちゃんの運動発達」 *要申し込み ○赤ちゃんROOM「ころころ」「びよびよ」…対象:おむね2か月から11か月の赤ちゃんと保護者 12日 ㊗ 9:30~11:30、20日 ㊗ 13:30~15:30 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「さらさら」…対象:1歳のお子さんと保護者 2日 ㊗ 9:30~11:30 おやつ作り *要申し込み(5/2から受付)12組 *持ち物:エプロン、三角巾(子ども用はあれば)、タオル ○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 ㊗ 9:30~11:30 おやつ作り *要申し込み(5/19から受付)12組 *持ち物:エプロン、三角巾(子ども用はあれば) ●オープニングAM(9:30~11:30)…6日 ㊗、10日 ㊗、11日 ㊗、13日 ㊗、18日 ㊗、20日 ㊗、25日 ㊗、27日 ㊗、30日 ㊗ ●オープニングPM(13:30~16:00)…2日 ㊗、3日 ㊗、5日 ㊗、6日 ㊗、9日 ㊗、10日 ㊗、12日 ㊗、13日 ㊗、16日 ㊗、17日 ㊗、19日 ㊗、23日 ㊗、24日 ㊗、26日 ㊗、27日 ㊗、30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。 ●ぼけっとCafé…4日 ㊗ 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(5/7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(子ども用 必要な方のみ) ●絵本と遊ぼう…5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(5/7から受付)12組 ●日曜開催(オープニング)…8日 ㊗ 9:30~11:30、13:30~15:00 対象:未就園児または0~2歳児のお子さんとご家族 日曜日のため、平日は来られない方もお越しください。 ●すくすく広場…9日 ㊗、23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、体重や身長・計測や授乳・離乳食など子育てに関する相談も気軽にできます。 ●双子ちゃんサークル…12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、保護者同士がおしゃべりしたり情報交換する場です。 ●お誕生会…16日 ㊗ 9:30~11:30 自由遊びの後、お誕生会をします。誕生月のお子さんは、親子で写真を撮ってカードに仕上げプレゼントします。 *6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。 ●親子でリトミック…17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(5/19から受付)12組	

つどいのひろば『ぼけっと』

\*時間内の出入りは自由です。



町ホームページ

\*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『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6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	2日 <sup>月</sup> ・3日 <sup>火</sup> 4日 <sup>水</sup> ・5日 <sup>木</sup> 16日 <sup>月</sup> ・19日 <sup>木</sup> 20日 <sup>金</sup> ・24日 <sup>火</sup> 26日 <sup>木</sup> ・27日 <sup>金</sup> 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
	9日 <sup>月</sup> ・11日 <sup>水</sup> 27日 <sup>金</sup> 13:30~16:00		
離乳食教室	11日 <sup>火</sup> 10:00~12:00 (9:45~受付)	令和6年12月・令和7年1月生まれのお子さんと保護者	エプロン・三角巾・マスク・手拭きタオル・子どもさんに必要なもの(おもちゃ・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 (※会場は、つどいのひろば「まけっと」です)	26日 <sup>木</sup> 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 *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「まけっと」です)	9日 <sup>月</sup> ・23日 <sup>月</sup> 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 <sup>火</sup> (受付) 13:00~14:00	令和7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	26日 <sup>木</sup> (受付) 13:00~14:00	令和6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8か月児健康診査 歯科健診・フッ素塗布	12日 <sup>火</sup> (受付) 13:00~14:00	令和5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・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	5日 <sup>木</sup> (受付) 13:00~14:00	令和4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 <sup>水</sup> (受付) 13:00~14:00	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・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

◆申し込み・問い合わせ先 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

### さわら 鯖とあさりのレンジ蒸し

#### 材料(2人分)

- 鯖(切り身) …………… 2切れ120g
- あさり …………… 150g
- スナップエンドウ …………… 6個
- ミニトマト …………… 4個
- にんじん …………… 30g
- にんにく …………… 1かけ
- 塩 …………… 少々
- しょうゆ …………… 小さじ1
- 酒 …………… 大さじ1
- こしょう …………… 少々

#### 作り方

- ① 鯖は塩を振って5分おく。キッチンペーパーで水気をふきとり、2~3等分に切る。
- ② あさは塩水につけ砂抜きをして、しっかり洗っておく。
- ③ スナップエンドウは筋を取り半分に切る。にんじんはピーラーで薄く削る。にんにくは薄切りにする。
- ④ 耐熱容器に①~③を順にのせ、混ぜ合わせたAをかける。ふんわりとラップをして、電子レンジで600W5分程度加熱する。(あさりの殻が開くまで)
- ⑤ 最後にヘタを取って半分に切ったミニトマトを盛り付ける。



(1人分)食塩相当量 1.5g 野菜の量 68g

#### 健康推進員の おすすめポイント

鯖はサバの仲間で、たんぱく質と良質な魚の油が多く含まれているので免疫力を高めることが期待できます。彩りのよい野菜と組み合わせた見た目も春らしいお料理です。

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