



子育て情報

2025年 8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行い、発熱や咳・くしゃみ鼻水など体調不良の場合は参加をお控えください。

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
おもちゃ図書館	8日 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
わらべ地域子育て支援センター	毎週 月~日 *12日~15日はお休み	月・火・水・木 9:30~11:30 13:00~15:00 日 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
		<ul style="list-style-type: none"> ●折り紙教室…4日 日、18日 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。 ●8月の誕生会…8日 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。 ●妊婦さんもあそびにおいでよ&ベビーマッサージ…26日 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。 			
	毎週 月~日 *日曜開催と13日~15日はお休み	月・火・水・木 AM…9:30~11:30 PM…13:30~16:00 * 日 はAMのみ	『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。時間内の出入りは自由です。	『ぼけっと』 ☎0748-53-2524
つどいのひろば『ぼけっと』	<ul style="list-style-type: none"> ○赤ちゃんROOM「ころころ」…対象:おおむね2か月から6か月の赤ちゃんと保護者 5日 日 10:00~11:30 おもちゃ作り 28日 日 9:30~11:30 ふれあい遊び *28日はプレマ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「ぴよぴよ」…対象:おおむね7か月から11か月の赤ちゃんと保護者 26日 日 10:00~11:30 おもちゃ作り ○赤ちゃんROOM「ころころ」「ぴよぴよ」…対象:おおむね2か月から11か月の赤ちゃんと保護者 8日 日 9:30~11:30、22日 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「きらきら」「にこにこ」…対象:1歳以上のお子さんと保護者 1日 日、21日 日 9:30~11:30 水遊び *持ち物:タオル、水遊び用の紙オムツ、Tシャツまたは水着 ●オープルルームAM(9:30~11:30)…6日 日、12日 日、20日 日、22日 日、27日 日、29日 日 ●オープルルームPM(13:30~16:00)…1日 日、4日 日、5日 日、7日 日、8日 日、12日 日、18日 日、19日 日、21日 日、25日 日、26日 日、28日 日、29日 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…4日 日、25日 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、体重や身長の計測や授乳・離乳食など子育てに関する相談も気軽にできます。 ●絵本と遊ぼう…7日 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(7/7から受付)12組 ●双子ちゃんサークル…8日 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…18日 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プレゼントします。 *8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…19日 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(7/22から受付)12組 				



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 8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	1日 ^金 ・4日 ^月 5日 ^火 ・7日 ^木 18日 ^月 ・19日 ^火 26日 ^火 ・28日 ^木 29日 ^金	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
	20日 ^火 ・25日 ^日	13:30~16:00		
離乳食教室	20日 ^火	10:00~12:00 (9:45~受付)	令和7年2月・3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「ぼけっと」です)	28日 ^火	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「ぼけっと」です)	4日 ^月 ・25日 ^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	27日 ^火	(受付) 13:00~14:00	令和7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・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
1歳8か月児健康診査 歯科健診・フッ素塗布	21日 ^火	(受付) 13:00~14:00	令和5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	7日 ^火	(受付) 13:00~14:00	令和5年1月・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・バスタオル *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	6日 ^火	(受付) 13:00~14:00	令和4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・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

たまねぎたっぷり 豆腐おからハンバーグ

材料
2人分

- たまねぎ……………1個(200g)
- 合いびき肉……………100g
- にんじん……………20g
- 木綿豆腐……………40g
- おから……………100g
- 溶き卵……………1/2個
- パン粉……………大さじ1
- A ●塩・こしょう……………少々
- マヨネーズ……………小さじ1
- B ●酒……………大さじ3
- しょうゆ、砂糖… 各大さじ1と1/2
- みりん、酢……………各大さじ1/2
- サラダ油……………大さじ1/2
- せん切りキャベツ……………80g

作り方

- ①にんじんはみじん切り、たまねぎは半分をみじん切りにし、残りはすりおろす。
- ②ボウルに合いびき肉、木綿豆腐、おから、溶き卵、パン粉、①のみじん切りにしたにんじん、たまねぎを混ぜ合わせ、Aを加えて混ぜる。
- ③②を4等分にして空気をぬき、小判型に整える。熱したフライパンに半量の油を入れて中火で両面に焼き色をつけて、ふたをして弱い中火で約3分蒸し焼きにする。
- ④③のフライパンに残りの油を入れ①ですりおろしたたまねぎを軽く水気を切って入れて炒め、合わせたBを加えてソースを作る。
- ⑤皿にせん切りキャベツと③のをせ、④をかける。



(1人分)食塩相当量 2.3g 野菜の量 150g

健康推進員の おすすめポイント

マヨネーズを加えることで、ふわっと柔らかい幅広い世代の主菜として、たんぱく質もしっかりとれる料理です。新たまねぎを使うと甘くおいしく仕上がります!

◆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