



子育て情報

2025年11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
町立保育所・こども園 園開放「きっずらんど」	11日 火	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(11/4から受付)10組	桜谷こども園 (第2園舎) ☎0748-53-0390
公開保育「あそびにおいでよ」	13日 木	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(10/14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
おもちゃ図書館	14日 金 21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きます。	社会福祉協議会 ☎0748-52-1219
親子運動ひろば	21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(11/14まで受付)15組 *参加費1組100円	生涯学習課 ☎0748-52-6566
親子ぶれすて	28日 金	10:00~11:30	保健センター	「ひと足早くクリスマス☆」 対象:未就園児と保護者 *要申し込み(11/7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	月・火・水・木 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



公式LINE

●折り紙教室…17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。

●11月の誕生会…14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…25日 火 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 月~金 *19日 火と 日曜開催は お休み	月・火・水・金 AM…9:30~11:30 PM…13:30~16:00 *火は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
-----------------------------------	---	--------	--	-------------------------

○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

4日 火 9:30~11:30 おもちゃ作り
27日 火 9:30~11:30 ふれあい遊び
*27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:おおむね7か月から11か月の赤ちゃんと保護者

25日 火 9:30~11:30 おもちゃ作り
13日 木 9:30~11:30、21日 金 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」…対象:1歳のお子さんと保護者
7日 金 9:30~11:30 小麦粉粘土遊び *持ち物:料理用のボウル

○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
20日 火 9:30~11:30 小麦粉粘土遊び *持ち物:料理用のボウル

●オープルルームAM(9:30~11:30)…5日 火、12日 火、21日 金、26日 火、28日 金

●オープルルームPM(13:30~16:00)…4日 火、6日 木、7日 金、10日 月、11日 火、13日 木、14日 金、17日 月、18日 火、20日 木、25日 火、27日 木、28日 金

*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。

●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(10/6から受付)12組

●すくすく広場…10日 月、17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、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。

●お誕生会…11日 火 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。
*11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 木 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。

●子どもの「未来」のために今知っておきたいこと…14日 金 10:00~11:30
心理士さんによるスマホとの上手なつき合い方など今、聞いておきたい子どもの育ちについての大切なお話です。
お子さんと一緒に聞いていただけます。*要申し込み(10/14から受付)20組

●ベビーマッサージ教室…18日 火 10:00~10:45 対象:首のすわっている赤ちゃんと保護者
持ち物:オイル(使っているものがあれば)、バスタオル *要申し込み(10/20から受付)6組

つどいのひろば「ぼけっと」



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「ゆっくりにおきなあれ」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「ゆっくりにおきなあれ」





保健カレンダー

2025年11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☑・6日☑ 10日☑・11日☑ 18日☑・20日☑ 21日☑・27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(お持ちの方)
	10日☑・12日☑ 21日☑			
離乳食教室	12日☑	10:00~12:00 (9:45~受付)	令和7年4月・5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「ほけっと」です)	27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 *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「ほけっと」です)	10日☑・17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	26日☑	(受付) 13:00~14:00	令和7年7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☑	(受付) 13:00~14:00	令和7年1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☑	(受付) 13:00~14:00	令和6年2月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・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	6日☑	(受付) 13:00~14:00	令和5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・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	5日☑	(受付) 13:00~14:00	令和4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・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

秋の簡単白あえ

材料(2人分)

- ブロッコリー 1/5株(80g)
 - さつまいも 1/3本(60g)
 - にんじん 1/5本(30g)
 - 木綿豆腐 1/2丁(80g)
- A
- 白すりごま 小さじ1
 - 砂糖 小さじ2
 - しょうゆ 小さじ1/4
 - 塩 小さじ1/4

作り方

- ① さつまいもはきれいに洗い、皮をつけたまま1.5cm厚さのひと口大に切り、水から15~20分ゆでて、水けをきる。にんじんは、厚さ5mmのいちよう切りにして、ゆでる。
- ② 小さめのフライパンにブロッコリーと水大さじ3(分量外)を入れ、ふたをして強火で2分加熱し、火を消して2分おく。
- ③ ボウルに水けを軽く切った豆腐とAを入れて混ぜ、なめらかになったら、①と②を加えてあえる。



(1人分)食塩相当量 0.5g 野菜の量 55g

健康推進員の おすすめポイント

豆腐のたんぱく質と野菜がとれる白あえ。簡単にできる副菜として、ご家庭の食卓の定番にされてはいかがでしょうか。具材には、季節の野菜のほか、柿などもおすすめです。

● 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