

# 子育て情報

2026年6月

対象  
町内の未就園児



ひので育ててよかった  
ひので育ててよかった



○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	対象者・内容など	申し込み・問い合わせ先
公開保育 「あそびにおいでよ」	11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(6/1から受付)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	12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(6/5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	12日(金) 19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
親子ぶれすて	26日(金)	10:00~11:30	日野公民館 (多目的ホール)	ちびっこ運動会 *要申し込み(6/5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…1日(月)、15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。
- 6月の誕生会…12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…23日(木)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~金 *日曜開催は 14日	月・火・水・金 AM…9:30~ 11:30 PM…13:30~ 16:00 *火はAMのみ *10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:おむね2か月から6か月の赤ちゃんと保護者  
9日(木)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(5/11から受付)6組
- 赤ちゃんROOM「ぴよぴよ」…対象:おむね7か月から11か月の赤ちゃんと保護者  
16日(木)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(5/18から受付)6組
- 赤ちゃんROOM「ころころ」【ぴよぴよ】…対象:おむね2か月から11か月の赤ちゃんと保護者  
2日(木)13:30~15:30、25日(金)9:30~11:30 親子で遊んだり、ふれあい遊びをしたりしています。  
\*25日はプレマサロンも一緒に行きます。保健師・助産師がいますので、相談も気軽にできます。

- 年齢別サークル「きらきら」…対象:1歳のお子さんと保護者  
5日(金)10:00~11:30 おやつ作り \*要申し込み(5/7から受付)12組  
\*持ち物:エプロン、三角巾(子ども用はあれば)、ボール

- 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(金)10:00~11:30 おやつ作り \*要申し込み(5/15から受付)12組  
\*持ち物:エプロン、三角巾(子ども用はあれば)、ボール

- オープンルームAM(9:30~11:30)…1日(月)、2日(火)、10日(木)、11日(金)、12日(金)、17日(木)、18日(金)、23日(木)、24日(木)  
26日(金)、29日(月)、30日(火)

- オープンルームPM(13:30~16:00)…1日(月)、4日(木)、5日(金)、8日(日)、9日(火)、11日(木)、12日(金)、15日(月)、16日(火)、18日(木)、19日(金)、22日(月)、25日(木)、26日(金)、29日(月)、30日(火)

- \*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…4日(木)10:15~10:45 図書館の司書によるおはなし会です。  
\*要申し込み(5/7から受付)12組

- すくすく広場…8日(木)、22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…11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、保護者同士がお喋りしたり情報交換する場です。

- 日曜開催(オープンルーム)…14日(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…15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。

- 0歳からの運動あそび…23日(木)13:30~14:30 対象:令和7年12月・令和8年1月生まれのお子さんと保護者  
親子でふれあい遊びをしながら、ひとり歩きまで大切なポイントを学びましょう。  
\*要申し込み(4か月健診時に受付)

\*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  
「ゆっくりおおきなあれ」

# 保健カレンダー

2026年6月

会場  
保健センター



申請 福祉保健課 保健担当  
☎ 0748-52-6574

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 <span style="background-color: #cccccc;">休</span> ・4日 <span style="background-color: #cccccc;">休</span> 9日 <span style="background-color: #cccccc;">休</span> ・15日 <span style="background-color: #cccccc;">休</span> 17日 <span style="background-color: #cccccc;">休</span> ・23日 <span style="background-color: #cccccc;">休</span> 26日 <span style="background-color: #cccccc;">休</span>	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)
	4日 <span style="background-color: #cccccc;">休</span> ・10日 <span style="background-color: #cccccc;">休</span> 11日 <span style="background-color: #cccccc;">休</span> ・12日 <span style="background-color: #cccccc;">休</span> 29日 <span style="background-color: #cccccc;">休</span>	13:30～16:00		
離乳食教室	11日 <span style="background-color: #cccccc;">休</span>	10:00～12:00 (9:45～受付)	令和7年12月・令和8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・お子さんに必要なもの(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「ばけっと」です)	25日 <span style="background-color: #cccccc;">休</span>	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
すすく広場 (※会場は、つどいのひろば「ばけっと」です)	8日 <span style="background-color: #cccccc;">休</span> ・22日 <span style="background-color: #cccccc;">休</span>	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
0歳からの運動遊び (※会場は、つどいのひろば「ばけっと」です)	23日 <span style="background-color: #cccccc;">休</span>	13:30～14:30	令和7年12月・令和8年1月生まれのお子さんと保護者	お子さんに必要なもの(おもちゃ・バスタオル・ミルク・オムツなど)
4か月児健康診査	24日 <span style="background-color: #cccccc;">休</span>	(受付) 13:00～13:30	令和8年2月生まれのお子さん	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	25日 <span style="background-color: #cccccc;">休</span>	(受付) 13:00～13:45	令和7年8月生まれのお子さん	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	17日 <span style="background-color: #cccccc;">休</span>	(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
3歳6か月児健康診査 歯科健診・フッ素塗布	3日 <span style="background-color: #cccccc;">休</span>	(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・母子保健アンケート・バスタオル、検尿 *親子で歯を磨いてお越しください
健康測定会	23日 <span style="background-color: #cccccc;">休</span>	9:30～11:30	日野町在住の方 【内容】 身体測定(体組成計)、血圧、握力、開眼片足立ち、フレイルチェックなど	身体計測は素足で行います。 靴下など素足になりやすい服装でお越しください。

毎日！減塩・野菜 350g 摂取で生活習慣予防

## 健康推進員 おすすめ料理



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

## グリンピースコロッケ

(1人分)食塩相当量 1.6g  
野菜の量 135g

### 材料(2人分)

- 冷凍グリンピース…………… 150g
  - たまねぎ(みじん切り)……… 1/4個(50g)
  - 豚ひき肉…………… 50g
  - じゃがいも…………… 大1/2個(75g)
  - 粉チーズ…………… 大さじ1
  - 塩…………… 小さじ1/4
  - 顆粒洋風スープの素…………… 小さじ1/6
  - こしょう…………… 少々
  - 牛乳…………… 大さじ1と1/2
  - オリーブ油…………… 小さじ1
  - しょうゆ…………… 小さじ1/4
  - 塩・こしょう…………… 少々
  - 小麦粉・溶き卵・パン粉・揚げ油…適量
- 【添え野菜】
- サラダ菜…………… 15g
  - ミニトマト…………… 20g

### 作り方

- ① フライパンにオリーブ油を熱し、弱火でたまねぎをしんなりするまで2分炒める。豚ひき肉を加えて2分炒め、しょうゆを加え、塩、こしょうを振る。
- ② じゃがいもはよく洗い、サッと水にくぐらせてラップに包んで電子レンジで竹串がスッと通るまで4分程度熱し、粗熱が取れたら皮をむきつぶす。
- ③ グリンピースは別の鍋でゆでて、水気を切ってつぶしておく。
- ④ ②と③をよく混ぜ合わせた中にあわせたAを均一になるように振り入れて混ぜ、4等分にして俵型にする。
- ⑤ 小麦粉、溶き卵、パン粉の順に衣をつける。揚げ油を中温に熱し、こんがり色づくまで3～4分揚げる。
- ⑥ 添え野菜とともにお皿に盛り付ける。

### 健康推進員 おすすめポイント

グリンピースはビタミン類などの栄養がたっぷり野菜類の中でもたんぱく質が多く含まれています。まると使用することで食物繊維もしっかり摂ることができます。ソースをかけないで春を味わってください！