

Baby&Kids

親子で楽しい絵本タイム ～絵本でほっこり～



子育てを頑張っているお母さんお父さん！肩の力を抜きリラックスして、親子で一緒に絵本の世界を楽しみましょう。

- 日時 11月26日(木)午前10時～11時
- 会場 男女共同参画センター 大会議室
- 内容 絵本の読み聞かせワークショップ等
- 定員 7組(未就学児と保護者)〈要予約〉
- 講師 NPO法人「絵本で子育て」センター絵がお(運営・企画)
- 申し込み 子どもと保護者の氏名・ふりがな・子どもの年齢月齢・電話番号を窓口または電話で下記へ
- 問い合わせ 男女共同参画センター ☎38-2023

作ろう！落ち葉アート！



落ち葉を使って世界にひとつだけのアートを作ってみよう。

- 日時 11月15日(日) ①午前10時30分～11時50分 ②11時10分～午後0時30分
- 会場 体育館・青少年センター
- 対象 小学生以上各6人
- 料金 900円(材料費込)
- 申し込み 窓口または電話で下記へ
- 問い合わせ 体育館・青少年センター ☎31-8228

オンライン DE 子育て講座 幼児の食事とおやつの教室



- 日時 12月4日(金)午前10時～11時
- 場所 自宅等(オンライン)
- 内容 講演「お母さんに知って欲しい幼児期からの食育」
- 定員 8人(1歳～未就学児の保護者)〈要予約〉
- 講師 平野直美氏
- 持ち物 筆記用具
- 申し込み 11月2日(月)より電話で下記へ
- 問い合わせ 子育てセンター ☎31-8006

「森の4D」 自然物を使った製作



葉っぱや小枝・木の実・クレパスなどを使って絵画をつくろう。

- 日時 12月12日(土)午前10時～11時
- 会場 男女共同参画センター 大会議室
- 対象 3歳～小学生とその保護者7組※一時保育：1人300円・0歳6カ月～2歳〈要予約〉
- 講師 ちきゅう子応援隊(運営・企画)
- 持ち物 汚れてもよい服装(またはエプロン)・ホッチキス※使いたい自然物の持込みも可
- 申し込み 窓口または電話・メールで下記へ(日曜・祝日は除く)
- 問い合わせ 男女共同参画センター ☎38-2023 / ☒ josei-ce@city.ashiya.lg.jp

あらかくん・たくみくん
しんいちくん
あかりちゃん

子どもの健康・相談

乳幼児健康診査

お子さんの健やかな成長のため、発育発達の節目にぜひ、健康診査を受けましょう。健康診査日の前月頃に案内を送付しています。案内が届かない人や転入された人はお問い合わせください。
対象年齢：4カ月・10カ月・1歳6カ月・3歳
詳しくは2次元コードへ



アレルギー健診・相談

アレルギー健診 20日(金)午後1時～2時
乳幼児を対象に専門医による健診・相談【要予約】
アレルギー栄養相談 9日・12月14日(月)午前9時30分～11時
乳幼児の食事相談やスキンケアの方法等【要予約】

パパ・ママさんへ

プレおや教室(パパママクラス) 12月19日(土)妊婦:午前9時30分～正午
妊娠16週以降の妊婦とパートナー【要予約】
もぐもぐ離乳食教室 16日(月)午前10時30分～11時30分
6～7カ月児とその保護者(講話)※試食はありません【要予約】
育児相談/妊産婦相談 4日・12月2日(水)午前9時30分～11時
乳児の身体測定・子育て相談等(母子健康手帳持参)/妊婦・産後1年未満の人【要予約】
おやこ栄養相談 10日・24日・12月1日(火)午前9時30分～11時
妊婦・乳幼児の食事相談【要予約】
こどもの相談 11日(水)午後1時10分～3時10分
未就学児の発達など/臨床心理士の相談【要予約】

■申し込み・問い合わせ・会場 保健センター
☎31-1586/☒31-1018 (〒659-0051 呉川町14-9 保健福祉センター3階)

Ashiya school lunch 芦屋の給食レシピ



魚のタルタルソース焼き

cookpad
でも見れるよ!



(4人分)

鮭 50g 切身・・・4切
塩・・・小さじ1/3
こしょう・・・少々
じゃがいも・・・150g
A マヨネーズ・・・大さじ4
A 玉ねぎ・・・60g
A 赤ピーマン・・・15g
A 黄ピーマン・・・15g
A 卵・・・1個

- ①鮭に塩こしょうし、下味をつけておく。
- ②じゃがいもは拍子切りにする。熱湯でさつとゆでておく。
- ③玉ねぎ、ピーマンは粗みじん切りにする。卵は固ゆでにして粗みじん切りにする。
- ④Aの材料を全て混ぜてタルタルソースを作る。
- ⑤クッキングシートにじゃがいも、鮭、ソースの順にのせて、200℃のオーブンで20分ほど焼く。お皿に盛りつけて出来上がり。