

Baby&Kids

オンラインDE子育て講座 食事Goodバランスアップ教室



■日時 6月25日(金)午後2時～2時30分 ■内容 講話「親と子のバランスのよい食事のおはなし」 ■場所 自宅等(オンライン) ■対象 5組(市内在住1歳～未就学児の保護者) ■申し込み 6月1日から電話で右記へ ■問い合わせ 子育てセンター ☎31-8006

子どもの居場所「ひみつきち」



■日時&内容 6月4日(金)「キッズヨガ」・18日(金)「宇宙のひみつにチャレンジ」・午後4時～6時 ■会場 高浜町ライフサポートステーション ■定員 20人(大人の参加可) ■問い合わせ 地域福祉課 ☎38-2040

キッズ遊びと

熱中症のお勉強会



身体を楽しく動かし、その後に熱中症について、学びます。

■日時 6月19日(土)午後3時～4時 ■会場 体育館・青少年センター ■対象 小学校1～3

年生20人 ■持ち物 動きやすい服装・靴 ■申し込み 窓口または電話で右記へ ■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 7月9日(金)午後2時～2時30分 ■場所 自宅等(オンライン) ■内容 講演「夏のすこし方」「夏に負けない食事」 ■定員 5組(1歳～未就学児と保護者) 〈要予約〉 ■申し込み 6月1日から電話で右記へ ■問い合わせ 子育てセンター ☎31-8006

図書館の催し

■問い合わせ 図書館 ☎31-2301
絵本の読み聞かせやお話を語ります。

【えほんの会】

■日時 6月12日・19日(土)午後2時～2時30分 ■会場 図書館 ■対象 3歳以上10人(途中参加不可)

【おはなしの会】

■日時 6月26日(土)午後2時～2時30分 ■会場 図書館 ■対象 小学1～6年生10人(途中参加不可)

【小学生の本の部屋】

■日時 6月13日(日)午前11時～11時50分 ■会場 図書館 ■対象 小学1～6年生20人(要予約・途中参加不可) ■申し込み 6月2日午前10時30分から電話で上記へ

【打出分室・こどもおはなしの会】

■日時 6月12日(土)午後3時～3時30分 ■会場 打出教育文化センター ■対象 3歳以上9人(途中参加不可) ※保護者の参加可



まはなちゃん・みくるちゃん



そうくん・りょうちゃん



せいごくん・とうごくん

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、健康診査を受けましょう。健康診査の日程は、個別で案内を送付しています。転入された人はお問い合わせください。



アレルギー健診・相談【事前の予約が必要です】

アレルギー健診 18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



パパ・ママさんへ【事前の予約が必要です】

WEB予約
はこちら→

プレおや教室(出産準備クラス) 6月19日(土)午前9時30分～正午
妊娠16週以降の妊婦とパートナー【WEB予約可】

プレおや教室(もぐ浴クラス) 7月10日(土)午前9時30分～正午
妊娠16週以降の妊婦とパートナー【WEB予約可】

もぐもぐ離乳食教室 28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【WEB予約可】

育児相談/妊産婦相談 2日・7月7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

おやこ栄養相談 1日・15日・7月6日(火)午前9時30分～11時
妊婦・乳幼児の食事相談

こどもの相談 9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

■会場&申し込み&問い合わせ 保健センター

☎31-1586/FAX31-1018 (〒659-0051 呉川町14-9 保健福祉センター3階)



パスタのイタリアンソース

cookpad
もチェック!



(4人分)
スパゲティ・・・160g

■イタリアンソース

トマト・・・150g バジル・・・3g
にんにく・・・3g オリーブ油・・・大さじ2
玉ねぎ・・・100g レモン汁・・・大さじ1

■調味料A

ワイン白・・・大さじ2 砂糖・・・小さじ1.5
塩・・・小さじ0.5 酢・・・大さじ1
こしょう・・・少々

- ①スパゲティをゆでて、冷ましておく。
- ②トマトは湯むきして1cmの角切り。にんにくはみじん切り、玉ねぎ、バジルは粗いみじん切り。
- ③ソースを作る。フライパンにオリーブ油とにんにくを熱し、香りが出てきたら、玉ねぎを加えて炒める。次にトマトを加えて炒める。
- ④③に調味料Aを加えて沸々してきたら火を止め、バジルとレモン汁を加えて、冷やしておく。
- ⑤①のスパゲティにイタリアンソースを混ぜ合わせて、出来上がり!