

Baby&Kids

広報あしや「A-kids」に デビューしませんか？

■対象 未就学児 ■申し込み 7月11日(月)までにEメールで住所・子どもの氏名(ふりがな)・生年月日・性別・保護者氏名・電話番号・希望場所(自宅か公園)を記入し下記へ。応募多数抽選 ■問い合わせ 広報国際交流課 ☎38-2006/✉koho@city.ashiya.lg.jp

「のびのびパスポート」の配布

連携する市町の教育施設等へ無料で入場できる「のびのびパスポート」を配布。市内小中学校に通学している児童には学校から配布しています。※市外の小中学校に通学している場合は、下記へ
■問い合わせ 生涯学習課 ☎38-2091

親子エコ・クッキング

■日時 7月29日(金)午前10時～午後2時 ■会場 大阪ガスハグミュージアム(午前10時にハグビジョン前に集合) ■内容 エコクッキングの実施等 ■対象 市内在住・在勤・在学の人・先着16組(要交通費) ■持ち物 エプロン・三角巾・タオル・お茶・マスク ■申し込み 7月4日午前9時～15日午後5時に電話で下記へ ■問い合わせ 環境課 ☎38-2051

夏休み親子ひろば

■日時 8月6日(土)午前10時～11時30分 ■会場 市民センター401室 ■内容 人形劇・大型紙芝居・マジック・工作「いぬのおまわりさん」 ■対象 幼児とその保護者・20組 ■持ち物 クレヨン・はさみ・のり ■申し込み 住所・名前・電話番号・参加希望人数を記入し、ファクスかEメールで下記へ ■問い合わせ 公民館 ☎35-0700/FAX31-4998/✉2022ac.kouminkan@gmail.com

夏休み子ども教室

【軽量粘土を使って夏モチーフで作るフォトフレーム】
■日時 7月27日(水)①午前10時～11時30分②午後1時15分～2時45分 ■対象 小学1～6年生・各16人 ■材料費 300円
【てん刻教室 名前の一文字印などを作ろう】
■日時 7月29日(金)①午前9時45分～11時45分②午後1時15分～3時15分 ■対象 小学2～6年生・各16人 ■材料費 600円
【親子でクッキー作り】
■日時 7月30日(土)①午前9時45分～午後0時15分 ■対象 親子8組 ■材料費 800円
【ひまわりの花を描こう】
■日時 8月3日(水)①午前9時45分～11時45分②午後1時15分～3時15分 ■対象 小学1～6年生・各16人 ■材料費 400円
【オカリナを作って演奏しよう】
■日時 8月4日(木)①午前10時～11時45分②午後1時15分～3時 ■対象 小学1～6年生・各16人 ■材料費 1,000円
【古代にタイムスリップ・まが玉を作ろう】
■日時 8月5日(金)①午前9時45分～11時45分②午後1時15分～3時15分 ■対象 小学2～6年生・各16人 ■材料費 500円
【親子クッキング 「手打ちそばを作ろう」】
■日時 8月19日(金)午前9時45分～午後0時15分 ■対象 小学2年生以上の親子8組 ■材料費 900円
【作って遊ぼう 科学のおもちゃ】
■日時 8月22日(月)午前10時～11時30分 ■対象 小学1～6年生・16人
■会場 市民センター301・116・料理室 ■申し込み 往復はがきに希望教室名とコース・住所・氏名・学年・電話番号を記入し、7月13日(水)〈必着〉までに下記へ ※応募多数抽選 ■問い合わせ 公民館子ども教室係 ☎35-0700(〒659-0068 業平町8-24)



たけるくん



かずまくん

A-KIDS
えーきっず



かなちゃん

子どもの健康・相談

乳幼児健康診査 すこやかな成長のために

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【日程変更のみWEB予約可】

アレルギー健診・相談【事前の予約が必要です】

アレルギー栄養相談 11日(月)午前9時30分～11時
食物アレルギーが心配な乳幼児の食事相談やスキンケア方法等
アレルギー健診 15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【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) 8月20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(もく浴クラス) 10日(日)午前9時30分～正午
妊娠16週以降の妊婦とパートナー
もぐもぐ離乳食教室 25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 6日・8月3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
おやおや栄養相談 5日・19日・8月2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 13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
オンラインDE子育て講座 20日(水)・8月17日(水)午後2時～2時30分
離乳食教室後期(オンライン)/8～9カ月の保護者
電話予約:子育てセンター ☎31-8006【WEB予約可】

■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)

芦屋の 給食レシビ



ナシゴレン

インドネシアのごはん料理
給食では炒り卵や薄焼き卵を使います

【材料・4人分】

米 3合
玉ねぎ(粗みじん切り) 180g
にんじん(みじん切り) 50g
パプリカ(1cm角切り) 30g
小松菜(3cmにカット) 40g
にんにく(みじん切り) 5g
鶏肉(小切り) 50g むきえび 80g
卵(目玉焼き) 4個 油(炒め用) 適量

〈調味料〉

塩 小さじ0.5強 / ナンプラー 大さじ1強
黒砂糖 大さじ3.5 / オイスターソース 小さじ2.5
淡口しょうゆ 小さじ2.5

【作り方】

- ①米は固めに炊いておく
- ②油とにんにくを熱し、香りが出てきたら、鶏肉とむきえびを加えて炒める
- ③火が通ったらにんじん・玉ねぎ・赤パプリカを炒め、調味料を加えて味付けをする
- ④小松菜は色よくゆで水気を切っておく
- ⑤炊きあがったご飯に味をつけた具と小松菜を混ぜ合わせる
- ⑥器に盛り目玉焼きをのせる



クックパッド