

# Baby&Kids

## おひるねアート撮影会



■日時 11月12日(日)午前10時～10時30分～11時～11時30分  
 ■会場 体育館・青少年センター3階第1研修室■対象 0歳～未就学児(兄弟の参加も可)・各6人■料金 2,000円■持ち物 カメラやスマホ■申し込み 受講料を添えて体育館受付窓口へ■問い合わせ 体育館・青少年センター☎31-8228

## 図書館の催し



■問い合わせ&会場 図書館☎31-2301

### 【えほんの会】

■日時 11月4日・11日・18日・25日(土)①午後2時～2時30分②午後2時30分～3時■対象 ①3歳以上②5歳以上・各回先着20人(途中参加不可・保護者の参加不可)

### 【こどもおはなしの会】

■日時 11月4日・11日・18日・25日(土)①午後2時～2時30分②午後2時30分～3時■対象 ①小学1年生以上②小学3年生以上・各回先着25人(途中参加不可・保護者の参加不可)

### 【ちいちゃなこどものおはなしかい】

■日時 11月23日(木・祝)午前10時～10時30分/10時45分～11時15分■対象 0～2歳の子どもとその保護者。各回先着8組■申し込み 11月1日(水)午前10時から図書館ホームページへ

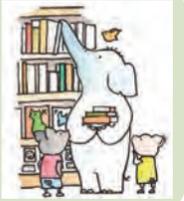
### 【絵本作家たかだしんいち先生 本人によるえほんの会】

■日時 11月19日(日)午後2時～2時30分/2時30分～3時■対象 3歳以上・各20人■申し込み 11月1日(水)午前10時から図書館ホームページへ

## 【絵本作家たかだしんいち先生と 図書館 de子育て座談会】

■日時 11月23日(木・祝)午後2時～2時45分■対象 大人15人■申し込み 11月1日(水)午前10時から図書館ホームページへ

図書館本館エントランスロビーにて、たかだしんいち先生えほんのえ原画展開催中(12月24日(日)まで)



## 子育て講座 幼児の食事とおやつ教室 (対面・オンライン)

■日時 12月8日(金)午前10時～午後0時30分■内容 講演「おうちの人に知ってほしい幼児期からの食育」■会場 こども家庭・保健センターまたはオンライン■対象 市内在住1歳児～未就学児とその保護者(対面12組、オンライン8組)※託児1歳以上・先着12人■持ち物 母子健康手帳・筆記用具・飲み物■申し込み 11月1日(水)から2次元コードか電話で下記へ■問い合わせ こども家庭・保健センター☎31-1586



## 男女共同参画センターの催し

### 【しあわせ子育て パパと一緒に英語を楽しもう】

■日時 12月7日(木)午前10時～11時30分■対象 1～3歳とパパ12組■申し込み 右記2次元コードへ



ホームページ

### 【パパタイム】

■日時 12月9日(土)午前10時～11時30分■対象 0～2歳とパパ■申し込み 不要(入退場自由)※こども園の現役調理師がアドバイザーとして参加します



申し込みフォーム



事前質問フォーム

■会場&問い合わせ 男女共同参画センター☎38-2023



かんたくん



ゆずはちゃん

# A-KIDS

えーきっず



かいりくん

## こどもの健康・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【予約が必要です】

**アレルギー栄養相談** 13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の方法等  
**アレルギー健診** 17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)** 12月16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)** 12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【WEB予約可】  
**もぐもぐ離乳食教室** 27日(月)午前10時30分～正午  
 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** 12月6日(水)午前9時30分～11時【WEB予約可】  
 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** 7日・28日・12月5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** 8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子育て講座離乳食教室** 15日(水)午後2時～2時30分/3回食～完了期(オンライン)/8カ月～おおむね1歳児までの保護者  
 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 こども家庭・保健センター母子保健係☎31-1586/FAX31-1018 (〒659-0051 呉川町14-9 保健福祉センター3階)

## 芦屋の給食レシピ

愛情がかくし味



## おから入りサラダ



クックパッドもチェック!

### 【材料・5人分】

おから 75g 油 小さじ4  
 じゃが芋 200g 酢 大さじ1  
 きゅうり 75g 塩 小さじ0.5  
 キャベツ 100g こしょう 少々  
 人参 30g からし 少々  
 玉ねぎ 30g 砂糖 大さじ0.5  
 ハム 50g  
 ツナ缶 50g  
 マヨネーズ 60g

1. おからは電子レンジ600wで2分加熱し、冷ましておく。
2. じゃが芋は柔らかく加熱し、熱いうちにマッシュしておく。
3. きゅうりは輪切り、キャベツ1cmにスライス、人参いちょう切り、玉ねぎ薄くスライスしておく。
4. 野菜は加熱し、冷やして、水気をしっかり切っておく。
5. ハムは1cm角にカット、ツナ缶は汁気を切っておく。
6. 調味料を合わせ、よく混ぜる。具材をすべて和えて、出来上がり。