

# Baby&Kids

パパタイム～子どもと一緒に  
パパ同士でお話しませんか?～



■日時 12月10日(土)午前10時～11時30分 ■会場 男女共同参画センター大会議室1 ■対象 0～2歳とパパ ■申し込み 当日会場へ ■問い合わせ 男女共同参画センター ☎38-2023



## アイシングクッキーづくり体験会

かわいいアイシングクッキー作りを手軽に体験できます。

■日時 12月17日(土)午後1時30分～2時30分/午後3時～4時 ■対象 小学生以上(低学年は保護者必須)・各10人 ■料金 2,000円(材料費込) ■持ち物 エプロン ■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

## 図書館の催し



■問い合わせ 図書館 ☎31-2301  
【こどもおはなしの会】  
■日時 12月3日・10日・17日・24日(土)午後2時～2時30分 ■内容 昔話や創作物語などの絵本の読み聞かせ ■会場 図書館 ■対象 小学1年生以上・先着20人(途中参加不可・保護者の参加不可) 【打出分室・こどもおはなしの会】  
■日時 12月10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・親子で参加可)

## キッズテニススクール「TENISH®」生徒募集



■日時&対象 令和5年1月8日～3月5日(毎週日曜・全9回)【バンビクラス】(4歳～小学1年生)午前9時45分～10時35分【サンパークラス】(小学2年生～4年生)午前10時45分～11時35分 ■会場 芦屋公園テニスコート ■定員 各16人(最低5人) ■料金 18,000円 ■持ち物 帽子・水筒・タオル・運動靴※ラケット用意あり ■申し込み 12月1日～20日に申し込み用紙(窓口で配布・ホームページでダウンロード可)を窓口またはファクスで下記へ。またはホームページのエントリーフォームへ(申込多数抽選) ■問い合わせ 芦屋公園テニスコート ☎34-8886/FAX34-8884

## 子どもの居場所「ひみつきち」



■日時&内容 12月2日(金)「キッズヨガ」/16日(金)「宇宙のひみつにチャレンジ」/23日(金)「ひみつきちシアター」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(大人参加可) ■申し込み 当日直接会場へ ■問い合わせ 地域福祉課 ☎38-2040



じゅんくん



みなとくん

# A-KIDS

えーきっず



かえでちゃん じょうたろうくん じょうすけくん

## 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【予約が必要です】

アレルギー栄養相談 令和5年1月16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 16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

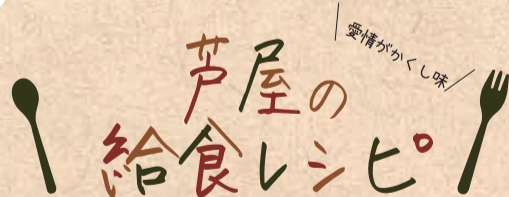


### パパ・ママさんへ【予約が必要です】

WEB予約  
はこちら→

プレおや教室(出産準備クラス) 17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) 令和5年1月14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 19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 7日・令和5年1月18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 6日・20日・令和5年1月10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 14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 14日・令和5年1月18日(水)午後2時～2時30分  
離乳食教室後期(オンライン)/8～9カ月児の保護者  
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)



## じゃが芋ニョッキのミートソース



クックパッドも  
チェック!

### 【材料・4人分】

じゃが芋 300g  
■A ニョッキの生地  
小麦粉 55g かたくり粉 55g 塩 小さじ1/3  
■ミートソース  
ミンチ肉 150g  
玉ねぎ(粗いみじん切り) 250g  
人参(粗いみじん切り) 90g  
ピーマン(粗いみじん切り) 30g  
サラダ油(炒め用) 適量  
ケチャップ大さじ7・ソース大さじ1  
濃口しょうゆ小さじ1/2・塩小さじ1/2  
こしょう少々

- ①ニョッキを作る。じゃが芋は3cm角ぐらいに切り加熱する。柔らかくなったら固まりが残らないようにていねいにマッシュする。
- ②マッシュしたじゃが芋にAを加えて、生地がひと固まりにまとまるまでこねる。
- ③1円玉ぐらいの大きさに丸める。熱湯でゆで、浮いてきたらざるにあけておく。
- ④ミートソースを作る。油を熱し、ミンチ肉から炒める。次に人参を入れ、玉ねぎを入れて炒めていく。
- ⑤ピーマンは色よくゆでておく。
- ⑥④の野菜がしんなりしたら、調味料を加えて、中火で煮込む。
- ⑦ミートソースにニョッキを加える。ピーマンも入れて彩りよく盛りつける。