

# Baby&Kids

## デコ巻き教室



楽しくデコ巻き寿司を作っておいしくいただきます。

■日時 1月23日(日)午前11時～午後1時 ■対象 小学生以上6人(小学4年まで保護者同伴) ■料金 2,200円 ■持ち物 エプロン・マスク・手拭きタオル ■申し込み 窓口または電話で下記へ ■会場&問い合わせ 体育館・青少年センター ☎31-8228

## 親子で楽しむ

### ポーセリンアート



ヨケンイ 呉健偉氏(中国)に教わる親子で楽しめるポーセリンアート体験。自分好みの作品を作ります。

■日時 1月22日(土)午前10時～正午 ■会場 市役所東館3階 ■対象 5歳以上の親子10組 ■料金 2,700円(材料費) ■持ち物 はさみ・定規・カッター・ピンセット※持っている人はカッティングボード ■申し込み&問い合わせ 1月10日までに下記へ。広報国際交流課 ☎38-2008/☒kokusai@city.ashiya.lg.jp

## バスケットボールクリニック

芦屋大学女子バスケットボール部員と一緒にバスケットをしましょう!

■日時 1月15日(土)午後6時～

7時30分 ■対象 小学生20人 ■持ち物 動きやすい服装・室内シューズ ■申し込み 窓口または電話で下記へ ■会場&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 絵本の読み聞かせやお話を語ります。

### 【えほんの会】

■日時 1月8日・15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)

### 【こどもおはなしの会】

■日時 1月22日(土)午後2時～2時30分 ■会場 図書館 ■対象 小学1年生以上・10人

### 【打出分室・こどもおはなしの会】

■日時 1月8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

## パパのための初めての育児講座



赤ちゃんとの遊び方・接し方・寝かしつけ方を楽しく学びましょう。

■日時 1月15日(土)午前10時～11時30分 ■対象 おおむね1歳半までの子をもつ父と子・8組(母の同伴参加も可) ※一時保育・1人300円・1歳6カ月～未就学児・6人 ■申し込み 1月10日までに下記2次元コードまたは電話(日曜・祝日・年末年始を除く)で下記へ。応募者多数抽選 ■会場&問い合わせ 男女共同参画センター ☎38-2023/☒josei-ce@city.ashiya.lg.jp



かなたくん



あやねちゃん



あやのちゃん・えいたろうくん

## 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。【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 17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 21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

WEB予約はこちら→



### パパ・ママさんへ【予約が必要です】

プレおや教室(出産準備クラス) 2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) 15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

もぐもぐ離乳食教室 24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 5日・2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

おやこ栄養相談 4日・18日・2月1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 12日(水)午後1時10分～3時10分

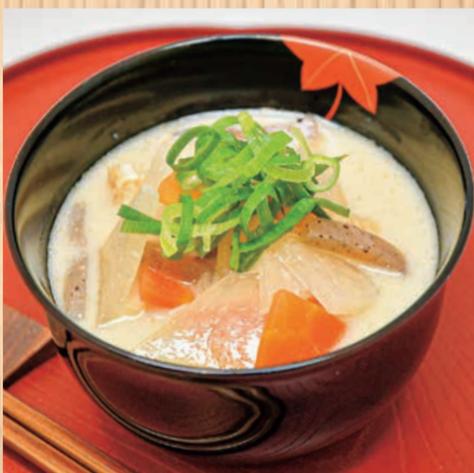
未就学児の発達など/臨床心理士の相談

■会場&申し込み&問い合わせ 保健センター

☎31-1586/☎31-1018 (〒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



## 粕汁

(4人分)

大根・・・200g 青ネギ・・・30g  
人参・・・80g だし汁・・・650g  
豚肉・・・100g 酒粕・・・60g  
つきこんにゃく・・・60g みそ・・・50g  
油揚げ・・・40g 塩・・・小さじ1/4

粕汁は阪神地域の郷土料理です。給食の酒粕の量は少なめなので、好みで多くしてください。豚肉の代わりに鮭を使ってもおいしく仕上がります。

cookpad  
もチェック!



- ①大根と人参は5mm幅のいちょう切りに、油揚げは縦半分に切って5mm幅にカット。青ネギは小口切りにしておく。
- ②こんにゃくは水からゆで、あく抜きをする。
- ③だしを火にかけ、大根、人参を入れて、火が通ったら、豚肉を入れる。沸騰したらこんにゃく、油揚げを加えて、加熱する。
- ④酒粕は小さくちぎってボウルに入れ、③のだしで溶かしておく。
- ⑤③に溶かした酒粕を入れて、弱火で煮込む。
- ⑥次に調味料を加え、味を調える。青ネギを入れて、出来上がり。