

# Baby&Kids

**アンガーマネジメントを身につけよう～大切な人を傷つけないためのメソッド～**



怒った後に後悔することはありませんか?自分の怒りの傾向を知り、『怒り』と上手に付き合うためのポイントを一緒に学びましょう。

■日時 1月28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 ■対象 先着20人※一時保育あり(1人300円・0歳6カ月～未就学児・6人) ■申し込み 1月1日(日)より右記2次元コードから ■問い合わせ 男女共同参画センター ☎38-2023



## 図書館の催し



■問い合わせ 図書館 ☎31-2301

**【えほんの会】**  
絵本の読み聞かせをします  
■日時 毎週土曜①午後2時～2時30分②午後2時30分～3時  
■会場 図書館 ■対象 ①3歳以上②5歳以上・各回先着15人(途中参加不可・保護者の参加不可)

**【こどもおはなしの会】**  
ストーリーテリング(昔話や創作物語を何も見ないでお話)や絵本の読み聞かせをします  
■日時 毎週土曜・午後2時～2時30分 ■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)

**【ちいちゃなこどものおはなしかい】**  
親子で、絵本や手遊びを楽しむ会  
■日時 1月27日(金)①午前10時30分～11時②午前10時45分～11時15分 ■会場 図書館 ■対象 0歳～2歳の子どもとその保護者・各回先着8組 ■申し込み 1月5日(木)午前10時からホームページへ  
**【打出分室・こどもおはなしの会】**  
絵本の読み聞かせをします  
■日時 1月14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)

## バルーンアートワークショップ



■日時 1月21日(土) 午前10時30分～正午 ■会場 体育館・青少年センター ■対象 小学生以上・15人 ■料金 1,500円(兄弟で参加の場合1人1,000円) ■申し込み 受付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

## 親子姿勢チェック教室



■日時 1月28日(土) 午後1時～2時30分 ■会場 体育館・青少年センター ■対象 小学1年生～6年生とその保護者・8組 ■申し込み 受付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



こうたろうくん



えいきくん

**A-KIDS**

えーきっず



あおきくん

## 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** 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** 20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)** 2月18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)** 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** 23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** 18日・2月1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** 10日・24日・2月7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** 11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** 18日・2月15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)

## 松風焼き

新年の幸や健康を願い、お正月料理が登場します。



クックパッドもチェック!

愛がたくし味  
**芦屋の給食レシピ**



【材料・8人分】  
鶏ミンチ・・・360g  
卵・・・1個  
豆腐(木綿)・・・200g  
玉ねぎ・・・200g  
濃口しょうゆ・・・大さじ1  
みそ・・・大さじ1  
パン粉・・・3/4カップ(30g)  
砂糖・・・小さじ4  
酒・・・大さじ0.5  
白ごま・・・1/3カップ(40g)

- ①豆腐はキッチンペーパーで包み、重しをして30分ほど水切りをする。
- ②玉ねぎはみじん切りにする。
- ③鶏ミンチに調味料を加え、粘りが出るまで混ぜる。卵、水切りした豆腐、玉ねぎを混ぜ合わせ生地をつくる。
- ④型にクッキングシートを敷いて、③を平らに入れる。
- ⑤④の生地の上に白ごまをたっぷりのせる。生地とごまがなじむように上から軽く押しておく。
- ⑥180度のオーブンで30分ほど焼く。好みの大きさにカットして、盛りつける。