

Baby&Kids

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 3月2日・9日・16日・23日・30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 3月2日・9日・16日・23日・30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 3月28日(木)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 3月1日(金)午前10時から図書館ホームページへ

みんなであそぼう&ファミサポ依頼会員出張登録会

■日時 3月7日(木)午前10時～正午(登録手続きは午前11時まで) ■会場 コミュニティスペースふらっと ■内容 こころのこもった手づくり布おもちゃや大型積み木で遊べます。ママの癒しタイム・ハンドマッサージのコーナーと依頼会員の登録
■対象 子育てを応援してほしい小学生以下の子どもがいる方(市内在住・在勤の方) ■持ち物 依頼会員登録希望の方は本人確認書類(保険証・免許証等) ■問い合わせ ファミリー・サポート・センター ☎ 25-0521

小学生テニス体験教室

■日時 4月1日(月)午後1時30分～ ■会場 西浜公園テニスコート ■内容 基礎練習・ゲーム・初心者可 ■対象 小学生・10人 ■費用 1,500円 ■持ち物 テニスシューズ・動きやすい服装・飲み物・ラケット(貸し出し可) ■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

キッズテニススクール「TENISH®」生徒募集

■日時 4月14日～(毎週日曜・全10回) ■内容&対象 カナダ出身のMARKコーチが英語でレッスンします。(初心者～初級)バンビクラス:4歳～小学1年生・午前9時45分～10時35分/サンパーククラス:小学2年生～4年生・午前10時45分～11時35分 ■定員 各16人(応募多数抽選) ■料金 20,000円 ■持ち物 運動のできる服装・帽子・水筒・タオル・運動靴※ラケットの用意あり ■申し込み 3月1日～20日に申込用紙に記入し、窓口・ファクスまたはホームページの申込フォームへ。 ■会場&問い合わせ 芦屋公園テニスコート ☎ 34-8886/FAX 34-8884

親子ひろば「さんさんひろば」



■日時 4月16日・18日～(毎週1回開催)午前10時30分～11時40分 ■会場 【火曜日】小槌幼稚園・西山幼稚園【木曜日】宮川幼稚園・岩園幼稚園・潮見幼稚園 ■対象 3歳の誕生日を迎えた子どもとその保護者 ■問い合わせ 保健安全・特別支援教育課 ☎ 38-2144



るかくん



はるちゃん

A-KIDS

えーきっず



そうごくん

こどもの健康・相談

母子健康手帳の交付 月～金曜日(祝日除く)午前9時～午後5時/医療機関で妊娠と認められた人



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 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の方法等

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

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(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【WEB予約可】

もぐもぐ離乳食教室 25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 6日・4月3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 5日・19日・4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

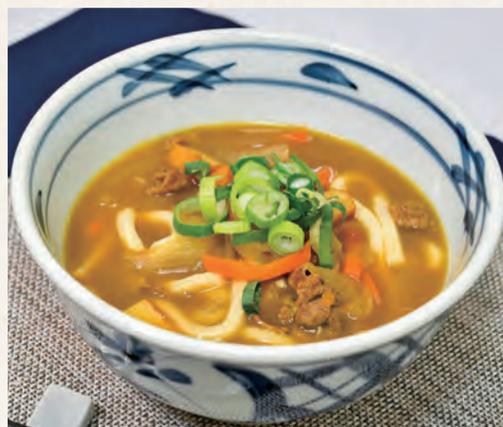
未就学児の発達など/臨床心理士の相談

オンラインDE子育て講座離乳食教室 13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/FAX 31-1018 (〒659-0051 呉川町14-9 保健福祉センター3階)



カレーうどん

クックパッドもチェック!



【材料・4人分】

うどん 400g
牛肉スライス 80g
玉ねぎ 200g
人参 60g
青ねぎ 20g
平天 40g
出し汁 900ml

■カレールー

小麦粉 大さじ3・小さじ1
バター 25g
カレー粉 小さじ2
濃口しょう油 大さじ1・2/3
ソース 小さじ2
塩 小さじ1/2

1. 玉ねぎは5mmにスライス、人参拍子切り、青ねぎ5mmの小口切り、平天は半分に切り5mm幅にカット。

2. 出し汁に人参・玉ねぎを入れて加熱し、やわらかくなったら、牛肉・平天を入れて煮る。

3. ルーを作る。フライパンにバターを入れ加熱し、とけてきたら小麦粉を加える。弱火で小麦色になるまで加熱し、火を止める。

4. ルーに調味料を加えてよく練る。

5. 2の煮汁を少しずつ加えて、とろっとするまでよく混ぜて、のばしていく。

6. 2に5のルーを加えて味を整える。

7. 少し煮込む。

8. うどんを加熱して器に盛り、7のカレーをかけ、青ねぎをのせて出来上がり。