Baby&Kids

マタニティ＆ベビーフェスタ



妊娠前から子育てまで、からだと家族の未来を楽しく学べます。相談や体験、展示ブースもあります。

■**日時**　11月７日（土）午前10時～正午■**会場**　保健福祉センター３階多目的ホール■**内容**　プレコンセプションケア講話、栄養・子育て相談、沐浴体験、乳児の体重測定、展示、絵本・遊びコーナーなど■**対象**　出産を考えている人、妊娠中・子育て中の人やそのご家族、健康や将来に関心のある学生他。■**問い合わせ**　こども家庭・保健センターこども家庭係（妊産婦等）☎31-0611

ホームページ

図書館の催し

ホームページ

■**会場＆問い合わせ**
図書館☎ 31-2301

【えほんの会・こどもおはなしの会】

■**日時**　11月７日・14日・21日・28日（土）①午後２時～２時30分②午後２時30分～３時■**対象**　**〈えほんの会〉**①３歳以上②５歳以上・各回先着20人**〈こどもおはなしの会〉**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。

【打出分室・こどもおはなしの会】

■**日時**　11月14日(土) 午後３時～３時30分■**会場**　うちぶん（打出教育文化センター）１階■**対象**　３歳以上・先着16人※途中参加不可・保護者の参加可

【ちいちゃなこどものおはなしかい】

■**日時**　11月26日（木）①午前10時～10時30分②10時45分～11時15分■**対象**　０歳～２歳のこどもとその保護者・各回先着８組〈要予約〉■**申し込み**　１日（日）午前10時からホームページで。

Fami Chill（ファミ・チル）乳幼児子育て親子の居場所

日11月18日(水)午前10時～正午〈時間内出入り自由〉毎月第３(水)所保健福祉センター２階内親子で遊んだり、おしゃべりしたり、楽しいひと時を過ごしませんか。人市内在住・在勤の方問ファミリー・サポート・センター☎25-0521

幼児の食事とおやつの教室

■**日時**　12月２日（水）午前10時～正午■**内容**　講演「おうちの人に知ってほしい幼児期からの食育」/試食「親子で一緒に食べられるおせちメニュー」■**対象**　市内在住１歳児～就学前児とその保護者・先着15組（託児あり）■**持ち物**　母子健康手帳・筆記用具・飲み物（お茶または水）■**申し込み**　11月２日（月）からホームページまたは電話で。■**会場＆問い合わせ**　こども家庭・保健センター☎31-1586/FAX31-1018

ホームページ

パパタイム ～パパ同士でお話ししましょう！～



こどもと一緒にパパ同士でお話ししませんか？育児の実践的なスキルなどについて相談できます。育児の情報や悩みを共有しましょう。

■**日時**　12月12日（土）午前10時～11時30分■**対象**　０～２歳児とパパ・パートナーが妊娠中の方（プレパパ）■**講師**　真木希代子氏（インターネットPCITランタン）■**会場＆問い合わせ**
男女共同参画センター☎ 38-2023

ホームページ

事前質問フォーム

A-kids お子さんの写真募集中！



ここちゃん

A-kids



ちあきちゃん



いろはちゃん

パパ・ママさんへ

プレおや教室ホームページへ→

母子健康手帳の交付　月～金（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

プレおや教室（もく浴クラス）　29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【要予約・WEB予約可】

■**問い合わせ**　こども家庭・保健センターこども家庭係☎31-0611/FAX31-0647（〒659-0051 呉川町14-9 保健福祉センター２階）

こどもの健康・相談

母子健康事業はこちら→

乳幼児健康診査　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】

もぐもぐ離乳食教室（中期）　12月14日（月）午前10時30分～正午
５～７カ月児とその保護者（講話・試食）【要予約・WEB予約可】

かみかみ離乳食教室（後期～完了期）　６日（金）午前10時45分～正午
８カ月～おおむね1歳児とその保護者（講話・試食）【要予約・WEB予約可】

育児相談　２日・12月７日（月）午前10時～11時30分
乳幼児の身体測定・子育て相談等（母子健康手帳持参）場所：子育てセンター

マタニティ栄養相談・おやこ栄養相談　17日（火）午前９時30分～11時
妊産婦・乳幼児の食事相談【要予約・WEB予約可】

こどもの相談　11日（水）午後１時10分～３時10分
臨床心理士による就学前児の発達相談【要予約】

からだの相談　20日（金）午後０時45分～１時25分
小児科専門医による乳幼児の運動発達に関する相談【要予約】

■**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 おいしいこだわり

7　温度

毎日、各校で調理される手作り給食。そこには、知られざるこだわりと工夫が詰まっています。



りんごゼリー



わらびもち

おいしさを決める温度のひと工夫

料理に合わせて冷やし方を変えるのも工夫の一つです。和え物は真空冷却器（または冷水）、ゼリーは冷蔵庫、わらびもちは流水で粗熱を取ってから氷で冷やします。

わらびもちはこどもたちに人気のメニューで、リクエストメニューとして夏以外にも登場します。冷たいものは冷たく、温かいものは温かく。それぞれの料理に合った温度で、おいしく食べてもらうことを大切にしています。



かぼちゃのほっこりポトフ

ポトフは具材を入れるタイミングを工夫し、煮崩れを防いでいます。冬には、あんかけうどんやかす汁など、体が温まる汁物も取り入れています。

わらびもちのレシピ公開中