

Baby&Kids

男女共同参画センターの催し

①【子育てのイライラに
アンガーマネジメントを活かそう】
子育て中のあなたの後悔をなくす
ために一緒に学びましょう。4人
程度のグループワークあり。

■日時 1月20日(土)午後2時
～3時30分 ■対象 どなたでも
先着20人※一時保育
あり(1人300円・0歳
6カ月～未就学児・先
着6人)



②【パパと子どものためのふれあい
体操～親子で楽しく身につける
健康(運動)習慣～】

■日時 2月3日(土)午前10時～
11時30分 ■対象 1人歩きがで
きる1歳6カ月～3歳の子とパパ・
先着12組(ママの同伴可)
※一時保育あり(1人300
円・0歳6カ月～未就学
児・先着6人)



③【パパタイム～子どもと一緒に
パパ同士でお話ししましょう!～】



10月実施風景

ヨガインストラクターがお父さん
もできるベビーマッサージをお伝
えます。

■日時 2月10日(土)午前10時
～11時30分 ■対象 0
～2歳の子とパパ ■申
し込み 不要(入退場自
由)



■会場 男女共同参画センター大
会議室 ■申し込み ①②のみ1月
1日(月)から各申し込みフォー
ム(2次元コード)へ
※難しい方は電話で
下記へ ■問い合わせ
男女共同参画セン
ター ☎38-2023



公民館親子ひろば 「節分のお話し会と作って遊ぼう」



節分にちなんだ絵本の読み聞かせ
と簡単な工作

■日時 2月3日(土)午後1時～
3時 ■会場 市民センター301室
■対象 幼児～小学校低学年の
親子・15組 ■持ち物 のり・はさみ
■申し込み 保護者氏名・大人の
人数・子どもの人数と年齢・電話
番号を下記2次元コードまたはE
メールで下記へ ■問い合わせ
公民館 ☎35-0700/✉
ashiyagawa.c@gmail.com



図書館の催し



■問い合わせ&会場
図書館 ☎31-2301

【えほんの会】

えほんの読み聞かせをします
■日時 1月6日・13日・20日・27
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】

年齢に合わせて、ストーリーテリ
ングや絵本の読み聞かせをします
■日時 1月6日・13日・20日・
27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】

絵本や手遊びを楽しみます
■日時 1月25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 1月5日(金)午前10時から
図書館ホームページへ



つむぎちゃん

A-KIDS

えーきっず



のいちゃん



りくくん・ようすけくん

こどもの健康・相談

母子健康手帳の交付 月～金曜日(祝日のぞく)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 15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 19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) 20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 22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 17日・2月7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 9日・23日・2月6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 10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 17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/FAX31-1018 (〒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



ゆずを丸く切り、花型に切った人参の
上に置くとかわいいですよ♪

梅白玉餅のすまし汁

クックパッドも
チェック!



【材料・5人分】
大根 150g
金時人参 30g
三つ葉 15g
水 1.5ℓ
昆布 15g
花かつお節 30g
淡口しょうゆ 小さじ2
塩 1.5g
■梅白玉餅
白玉粉 80g
梅肉 小さじ2
ビート缶詰(固形分) 25g
絹ごし豆腐 25g
水 15g

- 大根は短冊切り、金時人参は梅型にぬぎ、残りは拍子切り。三つ葉は2cmほどにカット。大根・金時人参は下ゆでする。
- だしをとる。水と昆布を強火にかけ、沸騰後弱火で30分沸々とたく。昆布を取りだし、花かつおを入れて再沸騰させ、ざるでこす。
- 梅白玉餅は白玉粉・梅肉・ビート・絹ごし豆腐を合わせてよくこねる。ビートはつぶすようにする。
- 生地の固さをみながら、ひと固まりになるまで少しずつ水を加えてこねていく。柔らかくなりすぎないように注意。
- ④を5個に分けて、小餅のように丸めておく。
- 鍋に湯を沸かし、ゆでる。浮いてきたら3分ほどそのまま加熱して、中まで火を通す。
- ②のだしに大根・金時人参を入れる。調味料を加えて味を整える。
- お椀に汁と梅白玉を盛りつけ三つ葉をちらす。