

新着
図書
BOOKS
あんない

最近買った本の一部
をご紹介します

- <一般書 文学>
- 静かな雨 (宮下 奈都)
 - 大雪物語 (藤田 宜永)
 - 裏閨ヶ原 (吉川 永青)
 - 直虎と直政 (岳 真也)
 - 草花たちの静かな誓い (宮本 輝)
 - 魔法使いと副店長 (越谷 オサム)
 - トコとミコ (山口 恵以子)
 - 竜は動かず 上・下 (上田 秀人)
 - 溝猫長屋祠之怪 (輪渡 颯介)
 - 社長室の冬 (堂場 瞬一)
 - 闇の平蔵 (逢坂 剛)
 - 喧嘩 (黒川 博行)
 - 松田さんの181日 (平岡 陽明)
 - 天子蒙塵 第2巻 (浅田 次郎)
 - あのこは貴族 (山内 マリコ)

- <一般書・その他>
- NHKガッテン! よりぬき新常識 (NHK科学・環境番組部/編)
 - 絵本に魅せられて (佐藤 英和)
 - おじさん仏教 (小池 竜之介)
 - 最古の文字なのか? (ジュネビープ・ボン・ペッツィンガー)
 - 徳川四天王と最強三河武士団 (双葉社スーパームック)
 - 初女さんのお漬物 (佐藤 初女)
 - 金繕いの本 (白鳥 由香利)
 - 万博の歴史 (平野 暁臣)
 - 小松左京さんと日本沈没 秘書物語 (乙部 順子)

- <児童書>
- わたし、お月さま (青山 七恵)
 - おかしなこともあるもんだ (いしい ひろし)
 - 羽田空港 (濱 美由紀)
 - 勝つ! 百人一首「競技かるた」完全マスター (岸田 諭)
 - からくり (安田 真紀子)
 - 鳥のいる地球はすばらしい (国松 俊英)
 - 森の石と空飛ぶ船 (岡田 淳)
 - 動物探偵ミア 6 (ダイアナ・キンプトン)
 - 指きりは魔法のはじまり (富安 陽子)
 - かいけつゾロリの王子さまになる (原 ゆたか)

- は芦原図書館にあります。
- は金津図書館にあります。
- は両館にあります。

金津図書館休館のお知らせ

2月20日(月)から23日(木)まで蔵書点検のため休館します。

金津図書館以外の金津本陣IKOSSA内施設および芦原図書館は通常どおり利用できます。

問合せ 金津図書館 ☎ 73-1011

**デコパージュで飾る
手作りランプシエード作り**

デコパージュで飾り、手作りのランプシエードを作ります。作ったランプは、19日の『ほのぼの展』で展示します。

とき 2月18日(土)
① 10時~12時 ② 13時~15時

ところ 中央公民館

対象 市内在住の小学生

参加費 500円

定員 各回20人程度

申込み (期限) 2月10日(金)
中央公民館 ☎ 73-2000

まなびの
ひろば場

まなびの広場では、生涯学習など“まなび”に関する話題をお知らせします!

『ほのぼの展』の開催

中央公民館で活動している自主クラブの発表の場『ほのぼの展』を開催します。クラブ生自慢の展示や発表で、「ほのぼの」としたひとときをお過ごしください。

とき 2月18日(土)、19日(日)
両日とも9時~15時

ところ 中央公民館

内容 [18日] 自主クラブ作品展示
[19日] 自主クラブ作品展示
および活動発表、金津中ブラスバンド演奏、白藤こども園園児発表、子ども太鼓「楽童」演奏、子ども会運営カフェ、お茶席(皇風煎茶儀式「光風会」(煎茶)など)

問合せ 中央公民館 ☎ 73-2000

**子ども教室推進事業
ひな祭り 押し寿司づくり**

ひな祭りでもパーティーでも喜ばれ、簡単でかわいい押し寿司を作ってみませんか。

とき 2月25日(土)
10時~12時30分
(9時50分までに集合)

ところ 食育スタジオ
(市内在住の小学生)

対象 市内在住の小学生

講師 食生活改善推進員

参加費 無料

定員 先着20人

持ち物 エプロン、三角巾、お茶、手拭きタオル

申込み (期間) 1月25日(水)
~ 2月17日(金)
文化学習課 ☎ 73-8041

司法書士 無料相談会
~ 相談なんでも相談会 ~

相続登記や遺言、遺産分割協議など相続に関する相談に、司法書士が無料で答えます。予約は不要ですので、お気軽にお越しください。

とき 2月24日(金) 13時~16時

ところ 中央公民館1階 学習室

問合せ 福井県司法書士会 ☎ 30-0001

初心者タブレット講習会

アプリや動画の見方などを学びます。

とき 2月16日(木)
13時30分~15時30分

ところ 中央公民館

定員 先着8人

申込み 中央公民館 ☎ 73-2000

参加費 無料

子育て支援センターだより



2月の行事予定

4日(土)	支援センター開放	9:00~12:00
7日(火)	昔の遊びを楽しもう 内容: 更生保護女性会の人と折り紙やあやとりで遊ぶ	10:00~11:00
14日(火)	出前子育て支援センター(本荘公民館) 内容: 玩具で遊んだり、音楽に合わせて親子で楽しむ	10:00~11:30
17日(金)	学校給食試食会 対象: 子育て支援センターを利用する市内在住の親子 費用: 275円 先着10組 ※要予約	10:30~11:30
21日(火)	保育カウンセラー巡回相談 内容: 子どもの行動や言語・遊びに関する相談 講師: 保育カウンセラー 山本桃花子氏(臨床心理士)	10:00~12:00
22日(水)	誕生会	10:30~11:30
23日(木)	お母さんのお仕事相談会 講師: ふくい女性財団	10:30~11:30
24日(金)	乳幼児の健康や発達について 内容: 子どもの健康や発達・育児についての話 講師: 子育てマイスター 藤田由美氏(看護師) おばあちゃんの味の日の試食会 11:15~12:00	10:30~11:30

ママと赤ちゃんのエコ活動
2月20日(月)~24日(金)

リサイクルイベントを開催します。ご家庭で不要になった春物衣類(マタニティー、赤ちゃん用限定)やおもちゃを子育て支援センターに事前にお持ちください。期間中も随時受け付けます。

◆ 電話相談・育児相談 月~金曜日 9:00~16:30
◆ のびのび子育て相談室(電話相談可) 毎週火曜日 13:30~15:30
◆ 開放デーは裏表紙へ
(いちひめこども園・あわら敬愛こども園は時間内常時開放です。)

**子育て
のイベントアドバイス**

気軽に参加してください

離乳期の食育

生後1歳から1歳6カ月ごろは、子どもが食事の自立を目指し始める時期。その行動の表れが手づかみ食べです。手づかみは自分で食べるための第1手段であり、自分で食べたいという欲求が出てきた発達の証でもあります。

手づかみ食べは、目・手・口の協調運動です。手づかみ食べによって子どもはさまざまな感覚を取り入れ身に付けていきます。例えば、目で食べ物の大きさや形を確かめ、手で固さや温度を確かめながら、食べ物を握る際の力加減を覚えていきます。また、口へ食べ物を運ぶ動作は、指しゃぶりやおもちゃをなめるといった口と手を使った遊びの経験が生かされています。日常生活の中で食べる準備をして徐々にスプーンやフォーク、はしなどの食具を使って食べることに繋がっていきます。

<手づかみ食べに向けての工夫>

1. 手づかみ食べのできるメニューにする
おにぎりや大きめに切った野菜(子どもが手に持ちやすい大きさ)を手づかみできるメニューを工夫する。
2. 汚してもいい環境をつくる
エプロンを付けたり、テーブルの下に新聞紙やレジャーシートを敷いたりなどして、汚れてもすぐに片付けられるようにする。
3. 子どもの食べる意欲を大切にする
上手に食べられたときはたくさん褒めて、子どもの食べる意欲を引き出す。
遊びなどで規則的な食事リズムをつけて、食事時には空腹が感じられるようにする。

◆ 申込み・問合せ 子育て支援センター ☎ 77-1163

毎月25日は
おばあちゃんの味の日



材料 / 4人分

打ち豆	: 50g
人参	: 40g
大根	: 120g
里芋	: 100g
ごぼう	: 12g
薄揚げ	: 20g
葱	: 20g
味噌	: 40g
だし汁	: 4カップ

栄養 / 1人分

エネルギー	: 91kcal
たんぱく質	: 5.5g
脂質	: 3.5g
カルシウム	: 59mg
鉄	: 1.4mg
食塩	: 1.4g

作り方

- ① 打ち豆は一晩水につけておき、1割ほど残して、あとはすり鉢ですっておく。
- ② 人参、大根、里芋は皮をむいて、いちょう切りにする。ごぼうは皮をこそげて、ささがきにして水にさらす。
- ③ 薄揚げは沸騰した湯にくぐらせ、油抜きして2~3cm幅の薄切りにする。葱は小口切りにする。
- ④ 鍋に人参、大根、里芋、打ち豆、ごぼう、薄揚げを入れて軟らかくなるまで煮る。
- ⑤ 煮えたら味噌で味をつけて、盛り付け時に葱を入れる。

打ち豆について

打ち豆とは収穫した大豆を石臼に乗せ、木槌などで叩いて潰したのち、乾燥させたものです。主に福井県で伝統的に作られている保存食で、球状の大豆と比べ、小判状の打ち豆は保存のための乾燥や調理の時間が短くて済むという便利さがあります。お湯で茹でて柔らかくし、味噌汁(打ち豆汁)、酢の物、炒め物に利用されています。