

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>

葵の残葉 (奥山 景布子)
仮面の君に告ぐ (横関 大)
キネマの天使 レンズの奥の殺人者 (赤川 次郎)

ウズタマ (額賀 滯)
白磁海岸 (高樹 のぶ子)
荒海を渡る鉄の舟 (鳥羽 亮)
決戦！賤ヶ岳 (木下 昌輝)
タンゴ・イン・ザ・ダーク (サクラ ヒロ)

痴漢冤罪 (新堂 冬樹)
襷を我が手に (蓮見 恭子)
枕詞はサッチャン (内藤 啓子)
緑の庭で寝ころんで (宮下 奈都)

リンドグレーンの戦争日記 (アストリッド・リンドグレーン)

おどる認知症 (岸 香里)
医者が妻を取看 (小野寺 久)
金曜日の本 (吉田 篤弘)
かるい生活 (群 ようこ)

<一般書・その他>

ギリシア人の物語 3 (塩野 七生)
林檎の樹の下で 上・下 (斎藤 由多加)
西郷家の人びと (原口 泉)
新しい回想レクリエーション「人生紙芝居」 (奥田 真美)

シルバー民主主義の政治経済学 (島澤 諭)
ざんねんな脳 (ディーン・バーネット)

自分で治す冷え症 (田中 美津)
住みたい間取り (木村 文雄)
有元葉子 のり、わかめ、ひじき、昆布、もずく (有元 葉子)

「わろてんか」を商いにした街 大阪 (廣田 誠)
僕の音楽畑にようこそ (服部 克久)
形容詞を使わない大人の文章表現力 (石黒 圭)

<児童書>

子どもつなひき騒動 (宝井 琴調)
1日10分でせかいちずをおぼえる絵本 (あきやま かぜさぶろう)

ぼくは発明家 (メアリー・アン・フレイザー)
はたらくくるま図鑑 1～3 (スタジオダッククリエイティブ/編)

NEW ウォーリーをさがせ！ (マーティン・ハンドフォード)
オリンピックのおぼけずかん (斎藤 洋)

まほろ姫とブッラ山の大テング (なかがわ ちひろ)

保健室の日曜日 (村上 しいこ)
ふたりのスケーター (ノエル・ストレットフィールド)

レイミー・ナイチンゲール (ケイト・ディカミロ)
なりたて中学生 初級編・中級編・上級編 (ひこ・田中)

本の所在については、図書館にお問い合わせください。

問合せ 芦原図書館 ☎ 78-7246
金津図書館 ☎ 73-1011

金津図書館休館のお知らせ

2月19日(月)から22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・KOSSA内施設および芦原図書館は通常どおり利用できます。

※ただし、19日、22日は休館日です。

問合せ 金津図書館 ☎ 73-1011



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」開催

中央公民館で活動している自主クラブの作品展示を行います。福井国体開催250日前イベントも同時開催します。

とき 2月17日(土)～2月18日(日) 両日とも9時～15時

ところ 中央公民館

内容 [17日] 自主クラブ作品展示
[18日] 自主クラブ作品展示、福井国体開催250日前イベント(あわら市オリジナルポスター)あわら市吹奏楽部演奏、除幕式、金津中吹奏楽部演奏、こども園児発表、ダンスチーム「グリーン・フラッシュ」発表、東区子ども会運営カフェ、お茶席(皇風煎茶儀式「光風会(煎茶会)」、囲碁・将棋体験会(囲碁は中学生以下対象)など

問合せ 中央公民館 ☎ 73-2000

本荘公民館 新春豆まき祭

新しい年を明るく健康に過ごせるように、無病息災・家内安全を祈願し、福豆をまきます。豆まきのあとは、温かいものをご用意しますので、皆さまお誘い合わせの上、お越しください。お待ちしております。

とき 2月3日(土) 9時50分～

ところ 本荘公民館

問合せ 本荘公民館 ☎ 78-5874

子育て支援センターだより 出張版

ママと赤ちゃんのエコ活動

2月19日(月)～23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、子ども用)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。

※80cmや90cmの衣類は大歓迎です。

◆問合せ 子育て支援センター ☎ 77-1163

子育て支援センターだより

2月の行事予定

2日(金)	親子3B体操	10:30～11:30
内容: いろいろな器具を使い、親子と一緒に曲に合わせて遊ぶ 持ち物: 水分補給用のお茶、汗拭きタオル 講師: 子育てマイスター 山田和美氏(元教諭)		
3日(土)	支援センター開放 子育て講座	9:00～12:00 10:00～11:30
内容: 子育て中の大人のイライラ対処術		
5日(月)	昔の遊びを楽しもう	10:00～11:00
内容: 更生保護女性会の人と折り紙などで遊ぶ		
7日(水)	お母さんのお仕事相談会	10:30～11:30
講師: ふくい女性活躍支援センター職員		
9日(金)	おもちゃ病院	10:00～12:00
内容: 壊れたおもちゃの修理		
13日(火)	出前子育て支援センター(本荘公民館)	10:00～11:30
内容: 玩具で遊んだり、音楽に合わせて親子で楽しむ		
16日(金)	学校給食試食会	10:30～11:30
対象: 子育て支援センターを利用する市内在住の親子 料金: 275円 先着10組 ※要予約		
20日(火)	保育カウンセラー巡回相談	10:00～12:00
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)		
21日(水)	親子ふれあい(芦原青年の家)	10:00～11:30
内容: 芦原青年の家主催の楽しい催しもあり (子育て相談もあり) ※現地集合		
23日(金)	乳幼児の健康や発達について	10:30～11:30
内容: 子どもの健康や発達・発育についての話 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		
28日(水)	誕生会	10:30～11:15

◆電話相談・育児相談
のびのび子育て相談室(電話相談可) 月～金曜日 9時～16時30分
のびのび子育て相談室(電話相談可) 毎週火曜日 13時30分～15時30分
◆開放メニューは裏表紙へ(入居者以外) 園・あわら市公民館・あわら市時間内常時開放

◆申込み・問合せ 子育て支援センター ☎ 77-1163

こあらっこだより

子育て世代包括支援センターの保健師が「子どもの健康情報」をお伝えします

子どもの遊び

お子さんは毎日、元気に遊んでいますか？
子どもは遊びを通して、手足の感覚を鍛え、心を元気にし、おうちのひととのスキンシップは心の安定につながります。

〈首すわりのころから〉
●いもむしゴロゴロ
おうちの人があおむけに寝て、子どもをおなかの上に乘坐、左右に揺れます。(小さいうちはお子さんをおおむけにして、しっかりと抱いてあげましょう。)

〈おすわりのころから〉
●ティッシュぴりぴり
ティッシュを破るところを見せ、赤ちゃんにも1枚渡します。新聞紙や画用紙など徐々に厚い紙を渡すと、力の入れ方が上手になっていきますよ。

〈はいはいのころから〉
●おふとん山登り
不安定な布団をよじ登るのは全身の運動になります。(布団にうつぶせになっている間は、目を離さないようにしましょう。)

〈1歳半ごろから〉
●タオルでしっぽとり

〈3歳ごろから〉
●いろいろおに

●トンネル&山登り
おうちの人は四つんばいになり、子どもはお腹の下をくぐったり、背中によじ登ります。

●ことばあつめ
「か」のつく言葉、なーんだ」と言って、「か」で始まる言葉をたくさん考えたりします。

子どもを上手に遊ばせるには、親自身が一緒に遊びを楽しむことが大切です。おうちでも、ぜひお試しください！

◆問合せ ～妊娠期から子育て期の総合相談窓口～
子育て世代包括支援センター(こあらっこ) ☎ 73-8010 (保健センター内)

毎月25日は おばあちゃんの味の日



材料 / 4人分	栄養 / 1人分
ダイコン	: 270g	エネルギー	: 125kcal
ニンジン	: 40g	たんぱく質	: 4.8g
塩	: 適量	脂質	: 4.0g
サヤエンドウ	: 15g	カルシウム	: 106mg
厚揚げ	: 70g	鉄	: 1.6mg
白ゴマ	: 大さじ1	食塩	: 1.1g
酢	: 大さじ1		
みそ	: 大さじ2/3		
砂糖	: 大さじ1と1/3		
溶きからし	: 大さじ1/3		

作り方

- ①ダイコンとニンジンがスライサーで細長く切り、塩でもんでしばらく置き、水気を絞る。
※スライサーがなければ、包丁で千切りにする。
- ②厚揚げはフライパンなどで焼き、1cm角に切る
- ③サヤエンドウは塩ゆでし、細切りにする。
- ④白ゴマをフライパンでいり、すり鉢で油が出るまでよくする。みそと砂糖を加えて混ぜる。
- ⑤④のすり鉢に厚揚げと酢、溶きからしを入れ、厚揚げの皮が目立たなくなるまでする。
- ⑥⑤がとろりとしてきたら、①を加えてあえる。

長寿なますについて

お正月に長寿なますを食べると長生きできるといわれ、正月料理(おせち料理)として欠かすことのできない料理です。