

<一般書 文学>

- ギケイキ 千年の流転 (町田 康)
- 炎上チャンピオン (横関 大)
- 蟹気楼の犬 (呉 勝浩)
- 花舞う里 (古内 一絵)
- 荒仏師 運慶 (梓澤 要)
- 罪の終わり (東山 彰良)
- 亀と観覧車 (樋口 有介)
- 「脳マジョガリ」狩り (向井 湘吾)
- 決戦！川中島 (沖方 丁)
- 半減期を祝って (津島 佑子)
- 竜と流木 (篠田 節子)
- 老いも病も受け入れよう (瀬戸内 寂聴)
- 硝子の太陽 Noir ノワール (菅田 哲也)
- 大岩壁 (笹本 稜平)
- 百人一首がよくわかる (橋本 治)
- 怪物率 (森 晶麿)
- 純情必死剣からたけ割り (池永 陽)
- スクープのたまご (大崎 梢)

<一般書・その他>

- 結局、「すぐやる人」がすべてを手に入れる (藤由 達蔵)
- 「山城歩き」徹底ガイド (洋泉社／編)
- 大橋鎮子と花森安治『暮しの手帖』二人三脚物語 (塩沢 実信)
- 組織の掟 (佐藤 優)
- 帯状疱疹の痛みをとる本 (本田 まりこ)
- 手作り週末木工 (2016-2017)
- ひと目でわかる花木と果樹の剪定と育て方 (ブティック社／編)
- 毎朝、服に迷わない (山本 あきこ)
- これならわかるオリンピックの歴史 Q & A (石出 法太)
- 服のちょこっとお直しレッスンBOOK (リフォームスタジオ株／指導)
- 一度はこの目で見てみたい！日本の世界遺産 (三好 和義)
- シンドラに救われた少年 (レオン・レイソン)
- Q & A 障害者差別解消法 (野村 茂樹／編)

<児童書>

- なぞなぞはじまるよ (おおなり 修司)
- おぼけトリックアート 1, 2, 3 (北岡 明佳／監修)
- ライフタイム (シェーフアー)
- 30000 このすいか (あきびんご)
- あしによきによきによき (深見 春夫)
- ウナギのいる川いない川 (内山 りゅう)
- ルルとララの手作り Sweets 春・夏・秋・冬 (あんびる やすこ／監修)
- うまれたよ！クワガタムシ (山口 進)
- 橋の大解剖 (五十畑 弘／監修)
- いのちをつなぐ犬夢之丞物語 (佐藤 真澄)
- 義足でかがやく (城島 充)
- ワンダー (パラシオ)
- 月のうさぎになったママ (千葉 昌子)

- 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。

親子植物採集会

詳細については後日学校を通じてチラシを配布します。

とき 7月23日(土)

ところ 9時～12時(小雨決行)

対象 のこぎり坂周辺(細呂木)

市内の小学校4年生以上の児童およびその保護者

定員 30組(無料)

申込期間 7月1日(金)～7月21日(木)

※電話でお申し込みください。

申込み 文化学習課 ☎ 73・8041

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！

旬の野菜をつかって
夏休み親子フッキング♪

夏野菜を使った料理を親子で学びませんか？学校給食でおなじみの「おばあちゃんの味」レシピも習えますよ。

とき 7月30日(土)

ところ 9時30分～12時30分
受け付け 9時15分

対象 食育スタジオ
市内在住の親子

内容 旬の野菜を使った調理実習、手まり寿司など

定員 先着10組(20人程度)

講師 食生活改善推進員・市栄養士

参加費 無料

持ち物 筆記用具、エプロン、三角巾、タオル

申込み 健康長寿課 ☎ 73・8023

バーベキューでキケンを学ぼう

子どもも会育連絡協議会では、恒例のKYT講習会(危険予知トレーニング)を実施します。KYT講習会とは、子ども会活動の事故を未然に防ぐために行う講習会です。今年は新しくなった芦原青年の家で危険予知について学び、バーベキューを行いながら危険予知を実践していきます。

とき 7月31日(日) 9時～15時

ところ 芦原青年の家

対象 小学生とその保護者

参加費 1人500円

定員 ※当日現地で集金します。
先着20組50人

持ち物 内履き・タオル・飲み物

※当日は、気温が高くなると予想されますので、熱中症対策を行ってください。

申込み 文化学習課 ☎ 73・8041

ITよろず相談会

パソコン、スマホなどの操作に関する質問をお受けします。

とき 7月21日(木)

13時～16時(1人30分)

ところ 中央公民館

定員 先着6人(完全予約制)

申込み 中央公民館 ☎ 73-2000

参加費
無料

陶芸教室(全2回)
LEDライト付き陶灯作り

とき 1回目 6月30日(木)

2回目 7月7日(木)

ところ 各回13時30分～15時30分
湯のまち公民館 工芸室

材料費 2500円(粘土代・金焼き代・LEDライト代)

問合せ 湯のまち公民館

☎ 78・63350

子育て支援センターだより

7月の行事予定

5日(火)	昔の遊びを楽しもう 内容：更生保護女性会とあやとりや折り紙などで遊ぶ	10:00～11:00
8日(金)	簡単おやつ作り 内容：先着10人 ※要予約(市内在住の人) 講師：あわらし職員(栄養士)	10:45～11:15
12日(火)	出前子育て支援センター(坪江公民館) 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
14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
19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
20日(水)	乳幼児教室 内容：予防接種や離乳食などに関する相談 講師：あわらし職員(保健師)	10:30～11:30
25日(月)	おばあちゃんの味試食会	11:15～12:00
26日(火)	出前子育て支援センター(金津東こども園) 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
27日(水)	誕生会 内容：楽しい歌やお話 講師：子育てマイスター 高屋孝子氏(教諭)	10:30～11:15

ママと赤ちゃんのエコ活動

7月4日(月)から8日(金)まで、衣類やおもちゃを再利用する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衣類(マタニティー、赤ちゃん用限定)やおもちゃがありましたら、事前に支援センターにお持ちください。開催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
- ◆ みに＆わいわい＆るんるん一む開放 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
- ◆ リラックス一む開放！ 月～金曜日 9:00～16:30
- ◆ 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。)

◆ 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



伝統の味

卵の花

材料/4人分	栄養/1人分
おかから	エネルギー : 148kcal
ちくわ	たんぱく質 : 5.7g
ニンジン	脂質 : 7.8g
ごぼう	カルシウム : 67mg
薄揚げ	鉄 : 1.1mg
長ねぎ	食塩 : 1.3g
干し椎茸	
サラダ油	
砂糖	
しょうゆ	
だし汁	

作り方

- ①ちくわは薄い輪切り、人参は薄切り、ごぼうはさがぎ、長ねぎは小口切り、薄揚げ(油抜きしたもの)は細切り、干し椎茸はもどして細切りにする。
- ②鍋に油を熱し、人参、ごぼう、椎茸、薄揚げ、長ねぎの順に炒めてちくわとおからを入れ、混ぜながら炒りつける。
- ③だし汁、砂糖、醤油を合わせたものを加えながら炒り、程よくしっとりしたら火を止める。

おからについて

大豆を煮てすりつぶしたものを濾すと豆乳ができ、残った絞りがおからです。おからはウツギという植物の白い花に似ていることから、別名「うのはな」とも呼ばれています。低エネルギーで高たんぱく、食物繊維を豊富に含む食品であり、生活習慣病予防にうまく用いるとよい食品です。