

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>
- 愛なき世界 (三浦 しをん)
  - 影ぞ恋しき (葉室 麟)
  - ドッペルゲンガーの銃 (倉知 淳)
  - 七つの試練 (池袋ウエストゲートパーク14) (石田 衣良)
  - 明治銀座異変 (滝沢 志郎)
  - 一度だけ (益田 ミリ)
  - すぐ死ぬんだから (内館 牧子)
  - 対岸の家事 (朱野 帰子)
  - 国宝 上、下 (吉田 修一)
  - 漂砂の塔 (大沢 在昌)
  - 新・酔いどれ小藤次 1～12 (佐伯 泰英)
  - 鬼嵐 (仙川 環)
  - 特捜投資家 (永瀬 隼介)
  - 向日葵のある台所 (秋川 滝美)
  - 冷たい檻 (伊岡 瞬)
  - 変わったタイプ (トム・ハンクス)

- <一般書・その他>
- 死ぬこと以外かすり傷 (箕輪 厚介)
  - アラカン・サバイバル BOOK (横村 さとる/他)
  - 信長はなぜ葬られたのか (安部 龍太郎)
  - 徳川一族 500 年史 (洋泉社/編)
  - 今こそ学ぼう地理の基本 (長谷川 直子/編)
  - HAPPYハロウィン (ポット編集部/編)
  - いつもごきげんな“わたし”でいたい! (Emi)
  - 親子で学べてよくわかる小学校6年間の算数 (陰山 英男/監修)
  - 女子のための「手に職」図鑑 (華井 由利奈)
  - ナナメの夕暮れ (若林 正恭)
  - 誰でもはじめられるボルダリング (尾川 とも子)
  - 奥の細道迷い道 (吉行 和子/他)
  - 金子兜太 私が俳句だ (金子 兜太)
  - 文豪たちのラブレター (別冊宝島編集部/編)

- <児童書>
- ポンコちゃんとはげめいじん (紙芝居) (ひろかわ さえこ/脚本)
  - よるのせいそうしゃスーパーくん (紙芝居) (高森 千穂/脚本)
  - 巣箱のなかで (鈴木 まもる)
  - シカクさん (マック・バーネット)
  - モンゴル大草原 800 年 (イチンノロブ・ガンバートル)
  - ヒロシマをのこす (佐藤 真澄)
  - みんながって、それでいい (宮崎 恵理)
  - 子ども故事成語 (齋藤 孝)
  - あいことばは名探偵 (杉山 亮)
  - 5秒後に意外な結末 パンドラの赤い箱 (桃戸 ハル/編著)
  - 高木菜那・美帆 とともに頂点へ (林 直史)

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

ママと赤ちゃんのエコ活動

11月5日(月)～9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冬物衣類(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。

問合せ 子育て支援センター  
☎ 77-1163

まなびの  
広 びる 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!

**ママパパ教室**

「赤ちゃんとの暮らしってどんな感じ?」助産師さんの話を聞いて、一緒に赤ちゃんを迎える準備をしましょう。ママだけ、パパだけ、祖父母の参加も大歓迎です。育児用品のリースコーナーもあります。

**申込み** 10組  
☎ 73-8010

**定員** 10組

**内容** ・赤ちゃんのお世話の仕方  
・育児に必要なもの、あると便利なもの  
・赤ちゃんの入浴方法  
・妊娠中からのおっぱいケア

**日時** 11月11日(日) 10時～12時

**場所** 保健センター

**「おひぎでホイホイ」に  
しゅっしょー!**

金津図書館で、小さなお子さんをだっこして楽しむおはなし会「おひぎでホイホイ」を開催します。絵本の読み聞かせやわらべ歌、手遊びなどを一緒に楽しみましょう。予約は必要ありません。

**日時** 11月10日(土) 10時30分～11時

**場所** 金津図書館キッズルーム (金津本陣-KOSSA)

**対象** 0～2才くらいのお子さんとその保護者

**講師** 北島 則子さん  
川崎 富美子さん

**問合せ** 金津図書館  
☎ 73-1011

**古雑誌の販売**

古雑誌を販売します。なくなり次第終了しますので、お早めにお越しください。

**日時** 10月20日(土)～10月30日(火)  
\*月曜日、10月25日(木)は休館

**場所** 芦原図書館・金津図書館

**対象** すてきにハンドメイド、きょうの料理、文藝春秋、オレンジャー、福楽など

**価格** 1冊10円

\*同タイトルの雑誌は、1人3冊まで。

**問合せ** 芦原図書館 ☎ 78-7246  
金津図書館 ☎ 73-1011

気軽に相談  
してください  
子育て支援センターだより

11月の行事予定

|        |   |             |
|--------|---|-------------|
| 6日(火)  | 昔の遊びを楽しもう<br>内容: 更正保護女性会の皆さんと折り紙などで遊ぶ   | 10:00～11:00 |
| 7日(水)  | 簡単おやつ作り<br>内容: 先着10人 *要予約(市内在住の人)<br>講師: あわらし職員(栄養士)  | 10:45～11:15 |
| 9日(金)  | お母さんのお仕事相談会<br>内容: お母さん対象の仕事に関する相談会<br>講師: ふくい女性活躍支援センター職員  | 10:30～11:30 |
| 14日(水) | 出前子育て支援センター(本荘公民館)<br>内容: 玩具で遊んだり、音楽に合わせて親子で楽しむ<br>子どもの言葉の発達について<br>内容: 乳幼児期の言葉の発達に関する話・相談<br>講師: 子育てマイスター 酒井直子氏(言語聴覚士) | 10:00～11:30 |
| 15日(木) | はじめての図書館(金津図書館)<br>内容: 司書による絵本の読み聞かせや絵本の紹介  | 10:30～11:30 |
| 20日(火) | 保育カウンセラー巡回相談<br>内容: 子どもの行動や言語・遊びに関する相談<br>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 |
| 21日(水) | 親子ふれあい(芦原青年の家)<br>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   | 10:00～11:30 |
| 28日(水) | 誕生会   | 10:30～11:15 |
| 29日(木) | 子どものための簡単クッキング<br>場所: 本荘公民館 *要予約<br>料金: 500円 先着10人(市内在住の人)<br>持ち物: エプロン、三角巾<br>講師: 子育てマイスター 阪下光代氏(栄養士)                  | 10:30～11:30 |

- ◆ 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・伊井こども園は時間内常時開放です。)(本荘こども園は、新郷小学校で開催しています。)

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

10月10日は「目の愛護デー」

子どもの視力は生まれてから約6年かけて、ものを見ることによって成長します。

- 小学校入学までが、視力の発達にはとても重要な時期  
平均的には1歳で0.3、2歳で0.5、3～6歳で1.0の視力になります。視覚機能が完成する6歳までに遠視や近視などがあつて、よく見えない状況が続くと視力が発達しにくい場合があります。見えにくそうなときは、早めに眼科を受診しましょう。
- こんな様子があるときは、見えにくいのかも?  
・テレビを見ると、極端に近づいて見たり、目を細めたりする。  
・塗り絵やお絵かきをすぐにやめてしまう  
・物にぶつかりやすかったり、転びやすかったりする
- 子どもの目を大切にするお約束  
・目を休めよう  
テレビやゲームは時間を決めて見せましょう。目安は30分ごとに10分の休憩です。休憩中は遠くのものを見たり、まばたきを意識してみましょう。  
・正しい姿勢で  
ゆがんだ姿勢で机に向かうと、見るものとの距離が近くなり、視力低下の原因になります。正しい姿勢を教えてください。寝転がってテレビを見るのもやめさせましょう。また、髪の毛が目にかかっていると目が疲れるので、短く切るか目にかからない工夫をしましょう。

◆ 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)

あわらしの子育て情報はここからゲット!

母子手帳 母子健康手帳アプリ

妊娠・出産・育児を記録と情報でサポートするアプリ

毎月25日は  
おばあちゃんの味の日



作り方

- ①大根葉は軟らかくゆでて3mmぐらいに細かく切り、固く絞って、みそを入れてよく混ぜる。
  - ②鍋にごま油をひき、大根葉を炒める。
  - ③②にきな粉を混ぜる。
- \* 家庭によっては、きな粉の代わりにすりごまを加える場合があります。

アレンジメニュー  
「大根葉のおあえ入りチーズ春巻き」の紹介

- ①大根葉のおあえを作ります。  
\* きな粉の代わりに、白ごまを入れるのがおすすめです。
  - ②春巻きの皮に、半分に切ったスライスチーズを敷き、大根葉のおあえを入れて巻きます。水で溶いた小麦粉を最後に塗り、春巻きの皮をくっつけます。
  - ③フライパンにサラダ油を敷き、きつね色になるまで焼き揚げます。(油で揚げてもおいしいです)
- \* 詳細については、市のホームページをご覧ください。

