

# 新着図書 BOOKS

最近入った本の一部をご紹介します



＜一般書 文学＞

答えは風のなか (重松 清)  
 ひとりでカラカサさしてゆく (江國 香織)  
 凶状持 (藤井 邦夫)  
 ミトンとふびん (吉本 ばなな)  
 おわかれはモーツァルト (中山 七里)  
 皆のあらばしり (乗代 雄介)  
 真夜中のマリオネット (知念 実希人)  
 偽装同盟 (佐々木 謙)  
 警官の道 (呉 勝浩/他)  
 遺言歌 (なかにし 礼)  
 愚かな薔薇 (恩田 陸)  
 きりぎり舞いのさようなら (諸田 玲子)  
 マザー・マダー (矢樹 純)  
 仁王の本願 (赤神 諒)  
 異変ありや (佐伯 泰英)

＜一般書・その他＞

はかどる神 iPad (平岡 雄太)  
 365日のご利益大全 (藤本 宏人)  
 はじめてでも簡単! すみっくぐらしの型付きアイシングクッキーBOOK (主婦と生活社)  
 基本のラッピング (つつみ屋工房/監修)  
 1万人の脳を見た名医が教えるすごい左利き (加藤 俊徳)  
 ヒトの壁 (養老 孟司)  
 はじめての放射線治療その疑問に答えます (笹井 啓資)  
 父がひとりで死んでいた (如月 サラ)  
 安心な認知症 (繁田 雅弘/監修)  
 「やりたいこと」が見つかる思考のヒント (午堂 登紀雄)  
 図鑑を見ても名前がわからないのはなぜか? (須黒 達巳)  
 栗原家のごはん (栗原 心平)  
 タキミカ体操 (瀧島 未香)

＜児童書＞

ぼくちのねこのはなし (いとう みく)  
 トゲトゲくんはね、 (フオン ジャギオン)  
 おばあさんとトラ (ヤン・ユッテ)  
 よみがえれ、マンモス! (令文 ヒロコ)  
 秘密に満ちた魔石館 3 (廣嶋 玲子)  
 ねこまたごよみ (石黒 亜矢子)  
 いろ (神永 暁/監修)  
 ようかいむらのにこにこまめまき (たかい よしかず)  
 自分をたいせつにする本 (服部 みれい)  
 ソラモリさんとわたし (はんだ 浩恵)  
 もしも地球がひっくり返ったら (川村 康文/監修)  
 放課後の文章教室 (小手鞠 るい)  
 かめれおんせん (林 木林)  
 ほしのおうじさま (アントワーヌ・ド・サン＝テグジュペリ)  
 まるごとたまねぎ (八田 尚子)

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

# まなびの広場

子どもから大人まで参加できる“生涯学習”についてのお話を お知らせします!



主催 日本野鳥の会福井県  
 問合せ あわら市エゴ市民会議事務局  
 (生活環境課内)  
 ☎ 73-8018  
 sekatsu@city.awara.lg.jp



**「しらさぎ草を楽しもう」**

細呂木地区にゆかりのある野生ラ  
 ン「しらさぎ草」について、講習会  
 と球根の鉢植え体験を行います。ご  
 参加お待ちしております。

とき 3月22日(火)  
 10時～11時30分

ところ 細呂木公民館 小講堂

参加費 200円(材料費)

定員 20人

申込み [期限] 3月15日(火)  
 細呂木公民館  
 ☎ 73-2151

**「そろそろ北へ帰ろかなー」**

北潟湖は県内でも有数のカモ類の  
 越冬地で、毎年北国から約3千羽の  
 カモたちが渡ってきます。春が近づ  
 きカモたちが北へ帰るその前に、パ  
 ドウォッチングしてみませんか?

とき 2月20日(日)  
 9時～11時

ところ 北潟湖畔公園 第2駐車場  
 集合

参加費 無料

準備物 野外活動ができる服装  
 (防寒具必須、お持ちの人は  
 双眼鏡・図鑑など)  
 ※荒天中止

主 催 日本野鳥の会福井県  
 問合せ あわら市エゴ市民会議事務局  
 (生活環境課内)  
 ☎ 73-8018  
 sekatsu@city.awara.lg.jp

**「プラごみを回収しよう」**

北潟湖自然再生協議会では、北潟  
 湖畔のプラスチックごみを回収する  
 イベントを開催しています。皆さん  
 の力で北潟湖をきれいにしましょう。

とき 3月5日(土) 9時～11時  
 (8時30分から受け付け)  
 ※少雨決行、荒天中止

ところ 北潟湖畔(北潟公民館駐車場  
 集合・受け付け)

定員 20人程度 ※当日参加可

準備物 ゴミ回収ができる服装、長靴、  
 ゴム手袋、タオル、火バサミ、  
 飲み物など

申込み [期限] 3月3日(木)  
 北潟湖自然再生協議会事務局  
 生活環境課 環境G  
 ☎ 73-8018  
 北潟公民館  
 ☎ 79-1100

## ママと赤ちゃんのエコ活動 [3月7日(月)～18日(金)]

ご家庭で不要になった衣類(マタニティ、ベビー、幼児用)を再  
 利用するリサイクルイベントを開催します。不要になったものがあ  
 りましたら、支援センターにお持ちください。

- ※ 保管場所不足のため春物のみ2月から受け付けを開始します。
- ※ 衣類のみ(マタニティ、新生児～130cm)、1人1袋までとさせていただきます。
- ※ 玩具の収集はしません。
- ※ 乳幼児用品に関してはお問い合わせください。

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

## 3月の行事予定

2日(水)	昔の遊びを楽しもう 内容:更生保護女性会の人と折り紙で遊ぶ	10:00～11:00
	乳幼児教室 内容:ミュージックケア 講師:子育てマイスター 野路 栄子氏 ※先着15組(市内在住の人) ※要予約(支援センター窓口で受け付け、電話予約不可)	10:30～11:30
9日(水)	働きたいお母さんのお仕事相談会 内容:お母さん対象の仕事に関する相談会 講師:ふくい女性活躍支援センター職員	10:30～11:00
11日(金)	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、絵本を見たりして親子で遊ぶ	10:00～11:30
15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 久田 美紀氏(臨床心理士)	10:00～12:00
18日(金)	親子ふれあい(芦原青年の家) 内容:芦原青年の家主催の楽しい催し (ミュージックケア)があります 講師:野路 栄子氏 ※現地集合 ※要予約(問合せ 芦原青年の家 ☎ 79-1001) ※子育て相談あり	10:00～11:30
23日(水)	誕生会 ※先着20組(市内在住の人) ※要予約(支援センター窓口で受け付け、電話予約不可)	10:30～11:00

新型コロナウイルスの影響により、行事など中止になることが  
 ありますので、ご了承ください。園開放デーについては、当面の間  
 行いません。

◆ 申込み・問合せ 子育て支援センター ☎ 77-1163

## 栄養ひとくちメモ



### 給食のメニューを紹介! ～副菜～

こども園で提供している給食のレシピを紹介します。簡単にできますので、ぜひご家庭  
 で作ってみてください。



材料/子ども4人分.....

切干し大根 : 12g  
 ツナ : 40g  
 きゅうり : 40g  
 にんじん : 32g  
 白ごま : 4g  
 酢 : 小さじ4(20g)  
 三温糖 : 小さじ4(12g)  
 食塩 : 0.4g

栄養/1人分.....

エネルギー : 60kcal  
 たんぱく質 : 2.5g  
 脂質 : 3g  
 カルシウム : 32mg  
 鉄 : 0.4mg  
 食物繊維 : 1.1g  
 食塩 : 0.2g



### 作り方

- ① 切干し大根は水で戻し食べやすい大きさに切る。  
にんじんときゅうりは千切りにする。
- ② にんじんは茹でて冷まし、水気を切る。
- ③ きゅうりは塩でもみ、水気を切る。
- ④ 酢・三温糖・食塩を混ぜておく。
- ⑤ ①～④とツナを和え、最後に白ごまをちらして出来上がり。

### ～切干し大根について～

大根を乾燥させることで栄養が凝縮するため、生の  
 大根に比べ、カルシウム・食物繊維が多く含まれてい  
 ます。  
 また、戻し汁にも栄養が含まれているため、煮汁や  
 味噌汁に使用することができます。  
 ただし、水に長時間つけると風味や食感が悪くなっ  
 てしまうので、水に戻す際には注意してください。

# こあらっこだより

「子どもの健康情報」をお伝えします

## 子ども予防接種週間

3月1日から7日は「子ども予防接種週間」です。  
 4月の進学や進級に備えて必要な予防接種を済ませ、  
 病気を防ぎましょう。

特に、今春、小学校に入学予定のお子さんは、麻し  
 ん風しん予防接種(無料)の接種時期が3月31日  
 で終了しますのでご注意ください。まだ済んでいないも  
 のがないか、母子健康手帳で確認しましょう。

### 定期予防接種一覧

接種名	回数	市の接種推奨時期
ロタ	2～3	2か月～
ヒブ	4*1	2か月～5歳未満
肺炎球菌	4*1	2か月～5歳未満
B型肝炎	3	2か月～1歳未満
BCG	1	5か月～1歳未満
四種混合	4	3か月～7歳6か月未満
水痘	2	1歳～3歳未満
麻しん風しん 1期	1	1歳～2歳未満
麻しん風しん 2期	1	小学校入学前の1年
日本脳炎1期	3	3歳～7歳6か月未満
日本脳炎2期	1	小学4年生～13歳未満
二種混合	1	小学6年生～13歳未満
子宮頸がん*2	3	小学6年生～高校1年生

\*1 接種開始時期により、回数が異なります。  
 \*2 接種希望の人はこあらっこにご連絡ください。

◆ 問合せ ～妊娠前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)

問合せ 子育て支援課 ☎ 73-8021