

新着図書
BOOKS
あんない

最近入った本の一部
をご紹介します



<一般書 文学>

川のほとりに立つ者は (寺地 はるな)
今夜、ぬか漬けスナックで (古矢永 塔子)
赤ずきん、ピノキオ拾って死体と出会う。
(青柳 碧人)
疲れた人に夜食を届ける出前店 (中山 有香里)
老人ホテル (原田 ひ香)
吹上奇譚 第4話 (吉本 ばなな)
変な絵 (雨穴)
とりあえずお湯わかせ (柚木 麻子)
十三夜の焰 (月村 了衛)

<一般書・その他>

さつまいものお菓子 (若山 曜子)
老いはのどからやってくる (宮本 隆治)
ええかげん論 (土井 善晴)
兄弟姉妹の心理学 (根本 裕幸)
日本で一番わかりやすい誕生日占いの本
(はづき 虹映)
ノーベル化学賞に輝いた研究のすゝめとこ
ろをわかりやすく説明してみた (山口 悟)
めぐる張り子 (アトリエおはよう)
とことん1・2歳児のおりがみあそび
(佐藤 ゆみこ)
図解でわかる時事重要テーマ100
2023-2024 (日経HR編集部/編著)

<児童書>

コールテンくんのポケット (ドン・フリーマン)
しんかんせんのみみつずかん (溝口 イタル)
月夜の晩のとおり雨 (大野 隆介)
へいおまち! (彦坂 有紀)
ポップーきかんしゃゆきさんぽ
(とよた かずひこ)
こぎつねのとくべつなクリスマス
(ポリー・フェイバー)
黒田長政 (加来 耕三/企画・構成・監修)
にわか魔女のタマユラさん (伊藤 充子)
毒もみのすきな署長さん (宮沢 賢治)

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
令和5年1月23日
(月) から26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 内施設と芦原図書館は、通常ど
おり利用できます。
問合せ 金津図書館
☎ 73-1011
※ 月曜日、第4木曜日は休館日です。

**まなびの
ひろば**

“生涯学習” についての話題をお知らせします!



まなかどコンサート
福井ゆかりの音楽家たちによる楽
器の生演奏を聴くことができます。予
約は必要ありませんので、直接会場
にお越しください。入場は無料です。
とき 令和5年1月15日(日) 14時
〜16時
ところ 金津本陣 KOSSA 3階
大ホール
問合せ ハーモニーホールふくい
「まなかどコンサート係」
☎ 30-82809

しめ縄作り講座
自作のしめ縄飾りで、新年を迎え
ましょう。
とき ① 12月26日(月) 13時30分〜15時30分
② 12月27日(火) 11時30分
③ 12月28日(水) 11時30分
講師 坂井市在住
坪田栄弥子氏
中番長寿会
徳丸健一氏
参加費 1000円(材料費)
定員 各15人
申し込み 中央公民館 ☎ 73-2000
坪江公民館 ☎ 74-2096
湯のまち公民館 ☎ 78-6350

定期教室「ZUMBA教室」
ラテンミュージックを中心に、音
楽に合わせて踊るダンスフィットネ
スです。初心者大歓迎。
とき 令和5年1月13日(金) から
毎週金曜日 10時〜11時(全11回)
※都合により水曜日に開催する
週もあります。
ところ 本庄公民館
大ホール
講師 西田優子氏
参加費 2500円
(全11回分)
定員 10人(先着順)
持ち物 動きやすい
服装、水分、内ズック、(あ
ればヨガマット)
申し込み 本庄公民館 担当 江川
☎ 78-5874

妊娠届出はこあらっこへ

令和5年1月から、妊娠届の受け付けおよび母子健康手帳の
交付場所は、こあらっこのみとなります。母子健康手帳の交付
時には、全ての妊婦さんに対し、妊娠や出産などの情報提供や
相談に応じていますので、時間に余裕をもってお越しください。

とき 月〜金曜日 8時30分〜17時15分
※ 祝日、年末年始は除く。
※ 受付時間内に来れない場合は、ご連絡ください。

ところ こあらっこ (保健センター内)

持ち物 マイナンバーが分かるもの

問合せ こあらっこ ☎ 73-8010



子育て支援センターだより

1月の行事予定

16日(月)	離乳食相談 おやつ作りの試食会 内容: おやつを試食と相談 講師: 子育て支援課 管理栄養士 対象: 市内在住の人 (先着 10組) ★	10:00 ~ 11:00 11:15 ~ 11:45
17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	10:00 ~ 12:00
18日(水)	誕生会・子育て講座 内容: 誕生会と親子リトミック 対象: 市内在住の人 (先着 15組) ※ 要予約 (子育て支援センター窓口で予約、電話予約不可)	10:30 ~ 11:30
28日(土)	パパ応援デー 内容: 市内在住の父子が、利用時間内に自由に遊ぶ ことができます。 父親講座「いろいろなおもちゃで遊ぼう」 講師: 子育てマイスター 対象: 0、1、2歳児 (希望者のみ) 市内在住の父子 (先着 10組) ★	9:30 ~ 12:00 10:30 ~ 11:15

★の行事は、子育て支援センター窓口または電話で予約。
行事の予約は開催日3週間前の月曜日から開始。

8 保護者自身の工夫のポイント

否定的な感情が生じたときは、まずはそういう気
持ちに気づき、認めることが大切です。深呼吸を
して気持ちを落ち着け、窓を開けて風に当たって
気分転換をしましょう。周囲の力を借りると解決
することもあります。勇気をもってSOSを出しま
しょう。

◆ 子育ての悩み相談してください
児童相談所全国共通ダイヤル ☎ 189



◆ 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)

栄養 ひとくちメモ



こども園給食で人気メニューを紹介します。簡単にできるので、ぜひご家庭で作ってみてくださいね♪

こども園の給食で大人気! 「納豆和え」



作り方

- ① もやしは適当な大きさに切り、軽くゆで、冷まし、水気を切る。
- ② ホウレン草は塩ゆでし、流水で冷まし、3cm幅に切る。ニンジンも短冊切りにしてゆでて冷まし、水気を切る。かまぼこは細切りにする。
- ③ ひきわり納豆はよく混ぜ、しょうゆ(または付属のタレ)を入れてさらに混ぜる。
- ④ ①〜③をあえる。

材料 / こども4人分	栄養 / 1人当たり
ひきわり納豆 : 40g	エネルギー : 38kcal
モヤシ : 100g	たんぱく質 : 3.5g
ホウレン草 : 60g	脂質 : 1.1g
ニンジン : 48g	カルシウム : 23mg
かまぼこ : 36g	鉄分 : 0.7mg
しょうゆ : 小さじ1	食塩相当量 : 0.4g

※ しょうゆは納豆付属のタレでもOKです♪

<料理のポイント>

納豆の粘り気がつなぎとなり、
あえ物も食べやすくなります。
中に入れる野菜は季節によって
キュウリやオクラなど、いろ
いろ変えても楽しいですよ♪



こあらっこだより

「子どもの健康情報」をお伝えします

子育てのための工夫のポイント

子育てをするのは大変なことです。子
どもに腹が立ち、イライラすることも…。
「しつけ」と称した体罰が繰り返されると、
子どもの心身の成長や発達に深刻な影響
を及ぼす危険があります。次のポイントを参考に子育
てしていきましょう。

- 1 子どもの気持ちや考えに耳を傾けましょう
自分の気持ちを受け止めてもらえることで、気持
ちが落ち着くこともあります。
- 2 「言うことを聞かない」にもいろいろあります
親の気を引こうと、子どもなりに考えています。
重要でない場合は、必要以上にやり合わないとい
うのも一つです。
- 3 成長や発達によって、できることは異なります
大人に言われていることが理解できないこともあ
ります。子ども自身が困難を抱えていないか確認
しましょう。
- 4 状況に応じて、身の周りの環境を整えてみましょう
危ないものを片付けるなど、叱らなくてよい環境
づくりを心掛けましょう。
- 5 注意の方向を変えるなど、子どものやる気に働き
掛けてみましょう
子どもは気持ちの切り替えが難しいこともあります。
- 6 肯定文で分かりやすく、ときには一緒にやってみ
ましょう
「〇〇してね」と、子どもに近づいて落ち着いた声
で具体的に伝えましょう。
- 7 良いことやできていることを具体的に褒めましょ
う

厚生労働省
ホームページ

