

平成27年度ひとり親家庭 (母子家庭・父子家庭)の小学校 新入学児童に入学祝品を贈呈

(社福) 茨城県母子寡婦福祉連合会より入学祝品(学用品)を差し上げます。

◆対象者

平成27年4月に小学校に入学するひとり親家庭(母子・父子家庭)のお子さん

◆申込み・問合せ

1月23日(金)までに、お子様の氏名・生年月日・性別・保護者名・住所・連絡先を、社会福祉課萩っ子支援グループ ☎23-7030 まで

ハッピースタイル

最近カーズにハマってるよ♪

電車と車がとっても大好き★



吉田 健人 くん
2歳1ヶ月



金城あらん くん
1歳7ヶ月

お子さんの写真を大募集!! メール又は郵送で
市役所秘書広報課まで info@city.takahagi.lg.jp

高萩市出産祝品購入助成事業 すこやかベビー券を交付しています



●問合せ 健康づくり課 ☎24-2121

平成26年4月1日以降にお生まれになったお子様の保護者に、出産を祝い、お子様の健やかな成長を願って、すこやかベビー券を交付しています。すこやかベビー券は、下記の薬局で育児用品を購入することができます。申請期間はお子様の誕生日の日から満6か月までです。

〈使用できる登録店(市内薬局)〉

小豆畑薬局(小豆畑 馨) ☎22-3179

A.P.Cファーマシー(瀬谷 浩子)

☎24-0805

大高薬局(大高 達也)

☎22-3048

吉田薬局(深谷 明子)

☎22-2027

総合福祉センター2F

萩っ子つどいの広場通信

●問合せ 社会福祉課

萩っ子支援グループ ☎23-7030

萩っ子つどいの広場は、小さなお子さん(未就学児)をもつお父さん・お母さんと子どもが楽しく遊び、情報交換できる広場です。今月の赤ちゃん教室の内容は離乳食の話と試食を予定しています。

また、チェロとピアノのコンサートなど親子で楽しめる催しを用意しております。皆さんお気軽にお立ち寄りください。

【開館時間】 9:00～16:00

(1/19は15:00まで。1/12は休館です)

【持ち物】 飲み物(水・お茶)、子どもの名札

※いつでも無料でご利用になれます。スタッフ一同お待ちしております。

子育てカレンダー

1月

| | |
|--------|--|
| 5日(月) | 市報1月号発行日 |
| 6日(火) | |
| 7日(水) | 📖 読み聞かせ(10:30～11:00) 🏥 3歳児健診(12:30～16:00) |
| 8日(木) | |
| 9日(金) | 🏥 健康相談(8:45～11:00) |
| 10日(土) | 📖 子ども映画会 |
| 11日(日) | |
| 12日(月) | 📖 つどいの広場休館 |
| 13日(火) | 🏥 BCG予防接種(13:30～14:30) |
| 14日(水) | 📖 レインボーおはなし会(10:30～11:00) |
| 15日(木) | |
| 16日(金) | |
| 17日(土) | 📖 おりがみ教室 |
| 18日(日) | |
| 19日(月) | 📖 15:00まで開館 |
| 20日(火) | |
| 21日(水) | 📖 チェロとピアノのコンサート(10:30～11:00) 🏥 2歳児健診(12:30～16:00) |
| 22日(木) | |
| 23日(金) | |
| 24日(土) | 📖 おはなし会 |
| 25日(日) | |
| 26日(月) | 🏥 健康・歯科相談(8:45～11:00) |
| 27日(火) | |
| 28日(水) | 📖 赤ちゃん教室(10:00～11:30) |
| 29日(木) | 子育て講座(10:00～11:30) 中央公民館2F大会議室 |
| 30日(金) | |
| 31日(土) | |

2月

| | |
|-------|---|
| 1日(日) | |
| 2日(月) | |
| 3日(火) | 🏥 BCG予防接種(13:30～14:30) |
| 4日(水) | 📖 読み聞かせ(10:30～11:00) 🏥 1歳6か月児健診(12:30～16:00) |

白抜きは会場

🏥 総合福祉センター 詳しくは7ページ「すこやか」

📖 萩っ子つどいの広場(総合福祉センター2F)

📖 図書館 詳しくは15ページ「図書館だより」



子育てインフォメーション



気をつけよう！冬の衛生管理

冬になると風邪、インフルエンザ、嘔吐下痢など、ウイルス感染症が流行します。病気を予防して、元気に冬を乗り切りましょう。

○手洗い、うがいをていねいに！

感染症のウイルスが外から体内に入ってくるのを防ぐには、とにかく「手洗い、うがい」が効果的です。

○風邪に強い体を作る免疫アップの食事

よく食べて寝て遊んで笑うと免疫力が高められ

ます。ビタミンA・C・Eを含む緑黄色野菜や果物はウイルスに対する粘膜の免疫を高めます。これに良質なたんぱく質を含む卵、魚、肉、大豆製品を組み合わせると体力をつけましょう。また、胃腸を丈夫にすることも風邪の予防につながります。

○きれいな空気で冬も元気！！

気温、湿度が低くなり、感染症のウイルスが元気になる季節です。家庭でも加湿器などを上手に使い、湿度60%を目安に室内環境を整えましょう。時々窓を開け、綺麗な空気と入れ替えることも大切です。

高萩市放課後児童クラブ利用者募集



放課後や春・夏・冬休みなどの学校休業日に、保護者が就労などで家庭にいない子どもたちの生活を守るのが放課後児童クラブです。市内では下表の公立4カ所、民間4カ所の放課後児童クラブを開設しています。また、平成27年4月からは「子ども・子育て支援新制度」が始まり、対象年齢が小学6年生まで引き上げられることに伴い、児童クラブによっては新たに定員数を増やし開設する予定です。なお、事前にご希望の放課後児童クラブにご連絡いただければ、見学をすることもできます。

◆対象者

小学1年生から6年生までの児童

◆申請書の配付

各放課後児童クラブまたは社会福祉課

◆募集期間

随時。※4月1日からの入会を希望する場合は、2月2日（月）から27日（金）までに申し込み。

◆申込み・問合せ先

各放課後児童クラブまたは社会福祉課萩っ子支援グループ ☎ 23-7030

放課後児童クラブの所在地連絡先等

※公立の放課後児童クラブ(秋山・東・松岡・高萩)は、平成27年4月1日から開所時間を1時間延長し、下校後～19時までとなります。

| | ゆうゆう クラブ | 朋 友 学童クラブ | 松ヶ丘 学童クラブ | あ お ぞ ら 学 童 ク ラ ブ | 秋 山 児 童 ク ラ ブ | 東 児 童 ク ラ ブ | 松 岡 児 童 ク ラ ブ | 高 萩 児 童 ク ラ ブ |
|-----|------------------------------|-----------------------------|--------------------------------|---|---------------------------------|-------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|
| 学 区 | 東小 学 校 | 高萩小 学 校 | 松岡小 学 校 | 高萩・秋山小 学 校 | 秋山小 学 校 | 東小 学 校 | 松岡小 学 校 | 高萩小 学 校 |
| 所在地 | 有明町 1-144 (東幼稚園 南側) | 安良川 271 (聖徳保育 園併設) | 下手綱 825-3 (松ヶ丘保 育園併設) | 安良川 1232-4 (あおぞら保 育園 300m東側) | 秋山 625-5 (秋山中集 会所) | 有明町 1-141 (東小 学 校 内) | 下手綱 34 (松岡小 学 校 内) | 安良川 1048 (高萩小 学 校 内) |
| 電 話 | 23-7643 | 23-5266 | 23-4687 | 23-5661 (午前) 23-5088 (午後) | | 23-7030 (社会福祉課) | | |
| 定 員 | 40名 | 30名 | 70名 | 40名 | 20名 | 20名 | 20名 | 20名 |

萩っ子Kitchen

親子で料理にチャレンジ！

- 材料 (2人分)
- ・れんこん……200g
 - ・サラダ油……大さじ1/2
 - ・チーズ……1枚
 - ・青のり……小さじ1
 - ・かつお節……1/2袋 (小)
 - ・ソース……適量
 - ・マヨネーズ……適量

作り方

- ①れんこん 150gはすりおろし、残りは粗みじん切りにします。両方を混ぜ合わせます。
- ②フライパンを熱し、油をひきます。
- ③フライパンに①のれんこんを混ぜたものをスプーンですくって入れ、たいらにします。(4枚くらい焼けます)
- ④きつね色に焼きめがけついたら裏返しにします。両面焼けたら半分は皿に盛り付け、ソース・マヨネーズ、青のり、かつお節をかけます。残りの半分はチーズをのせ、フライパンの中で少し溶けたらできあがりです。

れんこんのお好み焼き



(1人分)エネルギー 141kcal

高萩市食生活改善推進連絡会 島名・秋山地区担当

ワンポイントアドバイス

れんこんはエネルギーの高い野菜なので体を温める作用があります。ビタミンやミネラルが豊富に含まれているので、風邪の予防に効果的です。食物繊維も多いので、便秘を良くしたり、高血圧予防も期待できます。お子さんと一緒に作ってみてください。れんこんの食感が楽しめますよ。