

げんきっこ family

秋の号



おもな内容

- | | | | |
|-----|-------------|-----|----------|
| 2~3 | ヘスティア主催講座ほか | 6~7 | 秋のイベント情報 |
| 4 | 読書のページ | 8 | まなびの日ほか |
| 5 | かんたん朝ごはんほか | | |

ヘスティア新講座

8月3日、橋本市図書館を貸し切って、図書館のすみずみまで探検しました。



今日は貸し切り!

図書館探検

問題に出された本を探したそう。探検のはじまりはじまり!



図書館を知りつくそう

いつも利用する図書館だけど、こんな小さな本からこんな大きな本まで置いてあるなんて知らなかったね。

絵本コーナーの本を使った題名しりとりは、すごく盛り上がったよ。みんな、前よりもっと図書館が好きになったかな?

絵本の題名でしりとりをしました。多いチームは23冊もつながったよ!



橋本市図書館で、いちばんながーい本はこれです!



【橋本市図書館】 開館時間 9:00~18:00
休館日 毎週月曜日(年末年始、蔵書点検期間)



主催講座 はじめました



家庭教育支援チーム「ヘスティア」は、保護者のみなさんの「笑顔の子育て」を応援しているチームです。今年度は従来の、依頼を受けて開催する講座だけでなく、ヘスティア発信の主催講座も開催しています。手作りしながらおしゃべりする場、朝ごはんやおやつ講座、読み聞かせや子育ての勉強の場など、楽しい企画とおしゃべりの時間を用意しています。気軽に遊びにきてくださいね。

手作りしながら、楽しく話そう

メモリージャーを作ろう

空きビン、リボンやレース、UVレジンを使ってかわいくデコレーションしました。

オリジナルのメモリージャーに、HAPPYな出来事をメモして貯めていけば、幸せいっぱい素敵な宝箱のできあがり。



個性あふれるメモリージャー



和気あいあいとおしゃべりしながら



思い出をよりあざやかに



フォトレターを作ろう

思い出の写真を台紙に貼り、マスキングテープやクラフトパンチなどを使って、おしゃれに飾りました。ひとことメッセージを添えて、大切な人に届けることができましたでしょうか？



子育てのこと、いっしょに話そう

かわいい我が子の人生の始まりの時期、どんなことに気をつけて関わればいいのか、みんなでいっしょに考えてみました。

乳幼児期大切にしたいこと



【参加者の声】

- 子育て中の他のママたちとおしゃべりができて良かった。
- 幼児期の関わり方で成長の過程が変わるのかなあと思いました。声かけの仕方を考えてみたいと思います。

ほめる、叱るを 考えてみよう



子どもの主体性を^{ほぐ}育み、自立に向かわせるという視点から、ほめ方叱り方を考えてみました。

【参加者の声】

- 改めて子育てをふりかえる良い機会になりました。
- 叱ってばかりではいけないとは思っていましたが、ほめてばかりでも良くないと知りました。

ヘスティア講座

これからの講座

申し込み・問い合わせ

教育委員会社会教育課 TEL33-6112



●思春期のかかわり方を考えてみよう

- ・日 時 10月27日(火) 10:00~12:00
- ・場 所 教育文化会館3F 視聴覚教室
- ・対 象 子育てにかかわる人ならどなたでも
- ・定 員 30名
- ・参加費 無料

●スイーツ作りを楽しもう

- ・日 時 12月15日(火) 10:00~12:00
- ・場 所 隅田地区公民館 調理室
- ・対 象 子育てにかかわる人ならどなたでも
- ・定 員 30名
- ・参加費 300円

子育て

はっぴい
あとばいす



支援チーム員「ちょっとちゃん」

新聞で、**プレゼンテーション能力、伝える力**をつけよう、そのために家庭でできることがある…という記事を読みました(^v^)

たとえば、子どもが帰ってきたとき、求められてもいないのに、飲み物を出す…ではなくて、「**のどがかわいた、お茶ちょうだい**」などの、子どもからの発信を**待つ**のです(^u^)

おかえりなさいの声かけのあと、だいたい子どもがしてほしいことってわかるけど、先回りせず**待つ**が大事なんですね(^v^) こんな日常的なことを積み重ねて、**伝える力**が身についていきます。

思えば、スーパーが少なかったころは近くのお店に行って、「**こんにちば、これください**」と声をかけて買い物していました。自然に**伝える**ということ、練習していたんですね。今は電話をかけなくても、メールで連絡ができます。話さなくてすむことが増えてきました。だからこそ、家庭での練習の場が必要なのかもしれません。

気持ちを言葉にすることができなくて、手が出てしまう子、手が出てしまう大人の話も聞きます。

「**伝える力、話す力**」は長い時間をかけて上手になっていくものです。小さなことから始めてみましょう♡



どんな悩みでもご相談ください

橋本市では**子ども・子育て支援事業計画**に従って、**利用者支援事業**を実施しています。子育てに関するさまざまな悩みごとなどについて、専門職員が相談に応じ、一人ひとりのニーズに合わせた保育サービスや支援機関などの情報提供を行っていますので、ぜひご利用ください。

【利用対象者】

0~18歳の子どもの持つ保護者または妊婦

【利用対象者】

月~金曜日の9:00~17:00

※祝日、年末年始を除く

【場所・問い合わせ】

あやの台保育園 TEL34-7870

※橋本市の委託事業によりおこなわれています。

体調が悪くて
子どもを預かってほしい

ご紹介します!

もうすぐ3歳になる
子どもを、どこかに通わせたい

一時預かり

こども園
保育園

子育て
サークル

保健師 など

うちの子、少し落ち着き
がない気がして...



おうちで本を開いていますか



はじめて読む 絵本

赤ちゃんとのふれあいの時間を楽しむものひとつに絵本があります。絵本は「ふれて、見て、聞いて、読んで、体験する」ことを、大人と子どもがいっしょにできるあそびの世界です。まだ言葉の意味がよくわからない赤ちゃんでも、いつも身近にいる人の声を聞くと安らかな気持ちになります。

赤ちゃんをおひざに乗せて絵本を開いてください。書かれている言葉やページの順にはあまりこだわらないで、赤ちゃんといっしょに絵本の世界を楽しみましょう。

題名/じゃあじゃあ びりびり
作・絵/まついのりこ 出版/偕成社



「じゃあじゃあ」
「びりびり」
「ぶーんぶーん」
赤ちゃんの周りにはいろんな音がいっぱい。何の音かな。

題名/びょーん
作・絵/まつおかたつひで 出版/ポプラ社



かえるがびょーん。
バッタがびょーん。
つぎつぎといろんな動物たちがジャンプします。
「びょーん」とくり返すゆかいな言葉のリズムに、最後は私もびょーん。

題名/がたんごん がたんごん
作/安西水丸 出版/福音館書店

走る汽車に乗せてもらうのは、コップとスプーン。
それから次々となじみのあるものが出てきます。
がたんごんがたんごんとくり返す楽しさとシンプルな絵が赤ちゃんをひきつけます。



題名/ごぶごぶ ごぼごぼ
作/駒形克己 出版/福音館書店



赤ちゃんはリズムカルな言葉が大好きです。あざやかな色の丸の動きと、楽しい音の響き。「ごぶごぶ」や「ざぶーん」の音から想像が広がります。ところどころに開けられた穴からは何が見えるかな？



題名/とってください
作/福知伸夫 出版/福音館書店

カメと動物たちのやさしいやりとりから、たくさんの「ありがとう」のシャワーを浴びることができます。

※橋本市では、4ヶ月健診時に親子への読み聞かせをひとりひとりに行い、おうちですぐに読んでもらえるように、平成27年9月より絵本のプレゼントもしています。



教えて!となりの朝ごはん

秋の

かんたん☆
朝ごはん

いろど 彩りサラダ



【材料1人分】

長芋 5cm トマト 1/2個
かいわれ大根 適量 韓国のり 適量
A { ごま油 大さじ1/2 しょうゆ大さじ1/2
レモン汁 大さじ1/2 すりごま大さじ1/2 }

【作り方】

- ① 長芋は皮をむき、ひと口大に切る。トマトもひと口大に切る。かいわれ大根は根を切って、半分に切る。
- ② Aの材料を混ぜ合わせてドレッシングを作る。
- ③ ①を器にもり、韓国のりをちぎって振りかける。
- ④ ③に②をかけていただく

■お好みで豆板醤を少し入れてもおいしいよ。



フライパンで簡単トースト

【材料1人分】

食パン 1枚 卵 1個 とろけるチーズ 1枚 バター 小さじ1 マヨネーズ 少々

【作り方】

- ① 食パンは耳を残してまん中をくりぬき、耳とくりぬいた部分に分ける。
- ② フライパンを温め、バターを溶かす。
- ③ ①の耳部分をフライパンに置き、くりぬいた部分に卵を割り入れ、おはして割り入れた卵を軽くかきまぜる。
- ④ ③の卵の上にとろけるチーズをのせ、くりぬいてあったパンをその上に戻す。
- ⑤ ④がきつね色に焼けたら、ひっくり返し、同様に焼く。
- ⑥ ⑤の上にマヨネーズをうすくぬる。



栄養士さんからの
ひとこと



暑かった夏の疲れを休めるため、
一皿で消化のよいビタミンたっぷりの
料理を召し上がってくださいね。



●栄養士さんのおすすめメニュー

鮭ときのこのホイル焼き



■かぼすのかわりに、すだちやゆずを使っても。

【材料1人分】

生鮭 70g たまねぎ 10g ほうれん草 10g 赤パプリカ 10g
生しいたけ 20g しめじ 20g スッキーニ 20g 塩・黒こしょう 各少々
(A) かぼすドレッシング
{ かぼすのしぼり汁 大さじ1/2~1 サラダ油 大さじ2 酢 大さじ1/2
砂糖 2g 塩 2g 黒こしょう 少々

【作り方】

- ① 鮭はひと口大に切り、塩・黒こしょうをふる。
- ② 玉ねぎは半月切り、ほうれん草は2cmに切る。赤パプリカはあらかじめの千切りにする。
- ③ 生しいたけはあらかじめの千切りに、しめじは小房に分ける。スクッキーニは小口切りにする。
- ④ アルミホイルに①②③を盛って包む。フライパンに水を少量入れ、ふたをして20~25分蒸し焼きにする。
- ⑤ Aの材料を混ぜ合わせてかぼすドレッシングを作り、④にかける。温かいうちに食べてください。

※げんきっでは、「教えて!となりの朝ごはん」を募集しています。あなたのおうちのかんたん朝ごはんを紹介してください。
また、橋本市家庭教育支援チームでは、「食育班」を構成しており、「食」に関する講座を展開しています。

10月～12月のイベント

※は問い合わせ先と開催場所が違うのでご注意ください。各館が休館日の場合、締切日はその前日になります。受付が開始されているイベントは、すでに定員に達している場合があります。ご了承ください。



実施日時	事業名	事業内容	対象・定員	費用	申込・締切	問い合わせ
水曜 16:00～17:00	ジュニア フットサルスクール	初心者、未経験者のスクールです。フットサルの楽しさを体験してみてください！	4歳～6歳	300円/1回	当日参加型	県立橋本体育館 32-9660
木曜 16:30～17:30	キッズバトン教室	バトンを使って身体を動かすことの楽しさを覚え、リズム感・表現力を養いましょう。貸バトン有	満4歳～小学1年生	5140円/10回	受付中	県立橋本体育館 32-9660
開館日の火、水、土曜 16:30～	リトルブレイタイム	卓球、なわとび、一輪車などで遊ぶよ。読み聞かせもします。	幼児～中学生	無料	不要	名古屋児童館 42-5560
10月	月刊エコクラフト プラバンを作ろう！	事業のない日や、スタッフの手が空いている時に。1日1コマまで。毎日1コマずつ作ってみよう。	どなたでも	無料	不要 当日参加OK	友愛児童館 42-5004
毎週土曜 ①14:00～②15:00～	よみかかせ会	絵本や紙芝居の読み聞かせ(絵本コーナー)	就学前の幼児とその保護者 30組	無料	不要	橋本市図書館 33-0899
10/14・21 15:30～	エコ工作 ぼうしの小物入れ	ガムテープの芯にポップな布を貼って可愛い小物入れを作ろう。	小学生 各10名	100円	要 10/9・20	はらだ子ども館 33-0330
10/17～18 1泊2日	ハロウィンパーティー	ハロウィンの仮装パーティーを楽しみながら、参加者同士の親睦を深めよう。	小学4年生～中学生 40名	1人 3500円	要 10/2	紀北青少年の家 22-5530
10/18 13:30～15:00	自然観察会	自然がいっぱい！郷土の森・自然観察会。身近な森林の探検とおはなし	年中～小学生 20名	200円	要 受付中	橋本ひだまり倶楽部 090-3659-6432
10/19・11/16・12/14 9:30～11:30	それいけわんパーク ※会場橋本体育館	親子で体操、大型遊具で遊ぶよ。赤ちゃんコーナーやおしゃべりコーナーも。12月はサンタさんが来るかも？	橋本市在住の未就園児とその家族	1家庭 100円	不要	※市福祉課 33-3708
10/20・21・22・23 10/24 15:00～	WEEKくらふと アイロンビーズ①	アイロンビーズで可愛いハロウィンのキャンディボックスを作ろう！	小学生 各20名	150円	要 10/17・ 20・21・22・23	きしかみ子ども館 32-5094
10/21 15:30～	ふれあいルーム メトビーズ工作	熱で溶けるビーズで秋のキーホルダーを作りましょう。	小学生 各15名	100円	要 10/20	名古屋児童館 42-5560
10/21 15:30～ 10/24 15:00～	にこにこクッキング お菓子を作ろう	みんなでかぼちゃのむしパンを作ろう！	幼児・小学生 各15名	150円	要 10/20・23	友愛児童館 42-5004
10/23・11/27 10:00～15:00	カーネーションクラブ スクラップブック	10:00～12:00 アルバム作り 12:00～15:00 自由制作	市内在住の 親子・小学生	10円～	不要	友愛児童館 42-5004
10/24 14:30集合	ハロウィン2015 ※橋本ほんまち商店街	モンスターをさがせ！商店街を仮装して歩くよ。	幼児～小学生 50名	800円 (会費500円)	要 詳細問合せ	※橋本おやこNPO 32-5043
10/24・11/4・12/2 15:30～	ハッピーバースデイトイ	月ごとに手作りのお誕生会をするよ。みんなで参加、お祝いしてあげてね。	幼児～小学生	無料	不要	名古屋児童館 42-5560
10/24 11:00～ 12/12 11:00～	名古屋子育て広場 おやこでヨガ教室	先生の指導のもと、ヨガを楽しみましょう。小学生も参加できるよ。	幼児親子・小学生 各7組	無料	要 10/23, 12/11	名古屋児童館 42-5560
10/24・28 15:30～	みんなで遊ぼう	バトミントンしよう。	どなたでも	無料	不要 当日参加OK	はらだ子ども館 33-0330
10/25 10:00～15:00	ふる里いよこ探し ナチュラルブレイク	※杉村公園で音楽会、2分の1成人式、ピオトブ・植物・野鳥観察、クイズスタンプラリー、工作室、模擬店など	どなたでも	無料	不要	※紀見地区公民館 37-2302
10/28 15:30～	ハロウィンパーティー	別館を使ってlet's party！ハロウィンを楽しもう！	小学生 30名	100円	要 10/27	きしかみ子ども館 32-5094
10/29・30 10:30～	キッズらんど ハロウィンパーティー	みんなで仮装してハロウィンパーティーをするよ！！魔女や吸血鬼に変身！	未就学児親子 各15組	100円	要 10/28・29	きしかみ子ども館 32-5094
10/31 15:00～ 11/25 15:30～	図書館の時間	読書を楽しむ時間です。絵本の読み聞かせや紙芝居もするよ。	幼児親子・小学生	無料	不要	名古屋児童館 42-5560
11/1 9:00～13:00	紀伊見峠ふるさと展望 ※柱小～紀見峠	楽しいかご仮装がいっぱい！模擬店やフリーマーケットなどいろいろあるよ。	どなたでも	無料	不要	※紀見北地区公民館 37-2867
11/1 10:00～16:00	ふれあって！せいぶ ※西部中学校	模擬店、演芸大会、作品展、餅まき、抽選会など、もりだくさん！	どなたでも	無料 (一部有料)	不要	※西部地区公民館 33-2656
11/1 10:00～	映画ドラえもん	※教育文化会館の視聴覚室で、「ドラえもののび太の海底鬼岩城」を上映します。	どなたでも	無料	不要	※橋本おやこNPO 32-5043
11/4 15:30～ 11/7 15:00～	ゆうあい スクラップブック	お気に入りの写真をアルバムにしよう。	小学生 各15名	200円	要 10/31・11/6	友愛児童館 42-5004
11/5・6 10:30～	キッズらんど 秋飾りを作ろう！	どんぐりや小枝を使って秋の飾りを作ろう！！トトロやまっくろくろすけもいるよ！	未就学児親子 各15組	50円	要 11/4・5	きしかみ子ども館 32-5094
11/10・11・12・13 11/14 15:00～	WEEKくらふと アイロンビーズ②	フェルトとアイロンビーズで作るクリスマスガーランド。お部屋を素敵に飾ってね。	小学生 各20名	150円	要 11/7・ 10・11・12・13	きしかみ子ども館 32-5094
11/10・12/8 11:00～	あかちゃんと 絵本のひととき	あかちゃんとお母さんお父さんを対象に、絵本をおしてふれあうひとときを楽しんでください(絵本コーナー)	あかちゃんと その保護者 30組	無料	不要	橋本市図書館 33-0899
11/11 15:30～ 11/14 15:00～	秋の工作教室 キノコのフォトフレーム	フェルトでキノコの形のフォトフレームを作ろう。	小学生 各15名	150円	要 11/10, 13	名古屋児童館 42-5560
11/11 15:30～	ハッピー スクラップブック	お気に入りの写真に飾りつけをしてステキなアルバムを作ろう。	小学生 10名	200円～	要 11/10	はらだ子ども館 33-0330
11/11 15:30～	茶道教室	先生がやさしく教えてくれるよ。	小学生 12名	150円	要 11/10	友愛児童館 42-5004
11/14～15 1泊2日	親子クッキング	野外でできる料理を学ぶと共に、活動を通じて参加者同士の親睦を深めていく。	親子 40名	1人 4000円	要 10/30	紀北青少年の家 22-5530
11/14 15:00～ 11/25 15:30～	クリスマス プリザーブドフラワー	親子で作る、おしゃれなプリザーブドフラワー！	親子・小学生 各6組	700円	要 11/13・21	友愛児童館 42-5004
11/15 14:00～15:00	こどもと大人のための ストーリー・テリング	絵や文字に頼らず、話し手の声だけで語り聞かせをします。(絵本コーナー)	どなたでも 30名	無料	不要	橋本市図書館 33-0899
11/18 15:30～ 11/21 15:00～	スタンプ プラバン工作	キャラクターのスタンプを使って、プラバン作りを楽しみましょう。	小学生 各15名	100円	要 11/17, 20	名古屋児童館 42-5560
11/18 15:30～ 11/21 15:00～	クリスマス工作	クリスマス飾りを作ろう！	小学生 各15名	200円	要 11/17・20	友愛児童館 42-5004
11/18・25 15:30～ 11/21 15:00～	クリスマスの キャンディボックス	可愛いピンをクリスマスにデコレーション。粘土で作ったサンタやツリーで飾るよ。	小学生 各20名	150円	要 11/17・21・20	きしかみ子ども館 32-5094

実施日時	事業名	事業内容	対象・定員	費用	申込・締切	問い合わせ
11/21・25 15:30～	季節の手作り工作 クリスマスかざり	円すい型のステロールにおしゃれな布を楽しく刺して いくと～すてきなツリーの出来上がり！	小学生 各10名	250円～	要 11/20・21	はらだ子ども館 33-0330
11/21 9:00～12:00	ぶっくんクラブ	橋本市内の名所旧跡をたずねる。	小・中学生 15名	無料	要 11/8	橋本市図書館 33-0899
12/1・2・3・4 15:30～ 12/5 15:00～	WEEKくらふと アイロンビーズ③	アイロンビーズでお正月飾りを作るよ！	小学生 各20名	150円	要 11/28・ 12/1・2・3・4	きしかみ子ども館 32-5094
12/9 15:30～ 12/16 15:30～	クリスマス工作 キャンドル作り	手作りのキャンドルで、楽しいクリスマスを迎えましょ う。	小学生 各15名	200円	要 12/8・15	名古屋児童館 42-5560
12/9・12 10:30～	親子で作る お正月のしめなわリース	しめ縄に華やかな飾りをつけて、お正月を迎えましょ う。	小学生親子 各10組	850円	要 12/8・11	はらだ子ども館 33-0330
12/9 15:30～ 12/12 15:00～	手作り工作	プラバンで作ろう！ かわいいうちわんどもめ	幼児・小学生 各15名	100円	要 12/8・11	友愛児童館 42-5004
12/9 15:30～ 12/12・25 15:00～	来年の干支飾り	押し絵で来年の干支「申」を作るよ。	小学生 各20名	150円	要 12/8・11・24	きしかみ子ども館 32-5094
12/12～13 1泊2日	あわてんぼうの サンタクロース	クリスマスパーティーを楽しみながら、参加者同士の 親睦を深めよう。	小学4年生～中学生 40名	1人 4000円	要 11/27	紀北青少年の家 22-5530
12/12 14:00～	クリスマス よみかかせ会	絵本や紙芝居の読み聞かせ（絵本コーナー）とサンタ さんからのプレゼント	就学前の幼児と その保護者 30組	無料	不要	橋本市図書館 33-0899
12/16・19 15:30～	季節の手作り工作 お正月かざり	可愛いおさるのリースだよ！	小学生 各10名	200円	要 12/15・18	はらだ子ども館 33-0330
12/16 15:30～ 12/19 15:00～	お正月飾り	来年はさる年！ちりめんですてきな壁飾りを作るよ！	小学生 各15名	200円	要 12/15・18	友愛児童館 42-5004
12/26 10:00～	年末大そうじ	みんなできれいにそうじをしよう	どなたでも	無料	不要	友愛児童館 42-5004
12/16 15:30～	クリスマスパーティ	別館でlet's X'mas party！ みんなでクリスマスを楽しもう！	小学生 30名	300円	要 12/15	きしかみ子ども館 32-5094
12/18・19 10:30～	キッズらんど クリスマスパーティ！	クリスマスの簡単工作をするよ！ サンタさんくるかな？	未就学児親子 各15組	100円	要 12/17・18	きしかみ子ども館 32-5094
12/19 13:30～	ロールケーキ作り	クリスマスに向けておいしいロールケーキを作ろう。	小学生10名 3年生以下は保護者要	500円	要 12/12	恋野地区公民館 33-2458
12/24 15:30～	クリスマスパーティー	みんなでクリスマスパーティーをしよう。ケーキもある よ！	幼児・小学生 30名	200円	要 12/22	友愛児童館 42-5004
12/26 ①10:00～ ②14:00～	みんなで大そうじ！！	1年のしめくり！みんなで大掃除をして気持ちのいい 新年を迎えよう。	どなたでも	無料	不要	きしかみ子ども館 32-5094

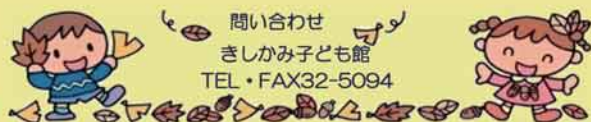
保護者向けイベント

10/16・11/20・12/18 10:00～15:00	ママタイム スクラップブック	午前10時～12時 アルバム作り 12時～午後3時 自由制作	市内在住の保護者	10円～	不要	はらだ子ども館 33-0330
10/21・23 10:00～ 10/27 13:30～	ママ倶楽部 ステンシル	ステンシルで彩るオリジナルのランチ用マット。 食卓のアクセントに。	保護者 各15名	1枚 100円 (1人5枚まで)	要 10/20・22・24	きしかみ子ども館 32-5094
①10/23②11/20 10:30～	マザールーム	①ハロウインのキャンドル作り ②秋のフォトフレーム	市内在住の保護者 各10名	200円	要 10/22・11/19	名古屋児童館 42-5560
10/23・11/27・12/25 10:00～15:00	カーネーションクラブ スクラップブック	10:00～12:00 アルバム作り 12:00～15:00 自由制作	市内在住の保護者	10円～	不要	友愛児童館 42-5004
10/28 10:00～	はしもとCafeミーティング	「女性目線から見る防犯・防災」について語りましょ う。	女性限定 30名	無料	要 10/27	きしかみ子ども館 32-5094
11/11・13 10:00～ 11/17 13:30～	ママ倶楽部 アイロンビーズ	クリスマスには大作に挑戦！！アイロンビーズを組 み合わせて作る立体的なツリーやサンタです。	保護者 各15名	500円	要 11/10・12・14	きしかみ子ども館 32-5094
12/2・4・9・15・22 10:00～ 12/8 13:30～	ママ倶楽部 来年の干支飾り	毎年恒例の干支飾り。来年の干支「申」を作ります。	保護者 各15名	1000円	要 12/1・3・ 8・12・19・5	きしかみ子ども館 32-5094
12/4 10:00～	カーネーションクラブ 干支飾り	すてきな さるの壁飾りを作りますよ！	保護者 10名	700円	要 12/3	友愛児童館 42-5004

じどうかんから飛び出して、みんなのところに行くよ！

にこにこランド（移動児童館）

- ・時 間 10:00～12:00（午前10時までに集合してね）
- ・参加費 100円（当日集めます）※未就学児は保護者同伴で来てね。
- ・内 容 「カラフルカラーレターラック」工作、ゲーム、紙芝居
大型絵本、楽しく遊べる遊具など、もりだくさん！
- ・持ち物 体育館シューズ（上靴）、水筒、タオル
- ・申込締切 各開催日前の水曜日
- ・日程・会場（各体育館）
10/ 17（土）あやの台小学校 10/31（土）高野口小学校
11/ 7（土）城山小学校 11/14（土）三石小学校



問い合わせ
きしかみ子ども館
TEL・FAX32-5094

乳がん検診を受けましょう

最新の統計では、日本人女性の12人に1人が乳がんにかかるといわれています。早期発見、早期治療のためにも、対象となる方は、ぜひこの機会に受診してください。

- ・対 象 40才以上の女性（昭和51年3月31日以前生まれ）
- ・受付時間 12:45～14:00 定員があります。早めにお申し込みください。
- ・検診費用 500円（無料クーポン券をお持ちの方、受診日で70才以上の方は無料）
※市の乳がん検診は2年度に1回で、受診券が必要です。

・日程・会場

保健福祉センター	10/19（月）・27（火）11/10（火）・14（土）・20（金）
高野口地区公民館	11/17（火）・11/18（水）・11/19（木）
紀見地区公民館	11/ 5（木）・11/ 6（金）
隅田地区公民館	10/29（木）・10/30（金）
紀見北地区公民館	11/11（水）
学文路地区公民館	10/20（火）
西部地区公民館	11/13（金）

問い合わせ、申し込み
健康課 TEL33-6111



“みかけ!五感 みがかう!五感”

すこやか橋本 まなびの日

子どもから高齢者まで世代を越えて集い、心身ともに健康な人づくり、あたたかいふれあいの地域づくりをめざして開催します。

● 日 時 **11月29日(日) 9:30~15:00**

● 場 所 **県立橋本体育館**

● 内 容 まなびの日発表会、橋本市 cafe ミーティング、足圧分布測定、妊婦体験、おもちゃ病院、子ども足型スタンプ、血糖測定、歯科指導等、手作り工作いろいろ、おもしろ算数教室、消費者教育啓発、お筆・華道・点字・手話・フラバン・カフラなどの体験、手品、紙芝居、バルーンアート、スイーツテコ、英語であそぼ、人形劇、ワクワクおもしろ科学教室、健康大好きコーナー、骨骨 cafe、食育啓発、昔のおもちゃ、骨髄バンク説明、環境教育、リズム運動、パネル展示、パークライフラリー、前畑秀子朝ドラ誘致署名、模擬店、バザー、遊びのコーナーなど楽しい催しがいっぱい!

● 問い合わせ 橋本市教育委員会 社会教育課内 まなびの日実行委員会 TEL33-6112 (直通)



イクメンパパ、見つけた!

パパ・橋本政明さん
理玖虎くん(7ヶ月)



理玖虎君の4か月健診にご夫婦で来ていた橋本さん。読み聞かせの部屋でにこにこしながら理玖虎君の顔をのぞきこんでいる姿に、思わず声をおかけしました。

子どもがぐずった時、育児の難しさを感じるそうですが、いっしょにお風呂にも入るし、寝かしつけもしてくれるたのしいパパです。趣味はないとおっしゃいますが、子どもさんといっしょに遊ぶことが、今の楽しみなのかもしれませんね。

♥ママからひとこと

仕事が早く終わった日、休みの日はお風呂に入れてくれます。夜の寝かしつけもやってくれて、とても助かってます。遊ぶ時も全力で遊んでくれて、子どもも喜んでます。

※げんきっこでは「イクメンパパ」を紹介しています。自薦他薦を問いません。どしどしご応募ください。



橋本市の代表として 走りませんか?

参加者募集

第15回和歌山県市町村対抗ジュニア駅伝が来年2月21日に開催されます。上位入賞を目指すため、市内の小中学生を対象とした駅伝の代表選考会を、12月12、13、19、20日に行います。選考種目は「小学生女子1500m、小学生男子及び中学生女子2000m、中学生男子3000m」です。

選考会に向けて一緒に練習しませんか?



○ジュニア駅伝練習会

- 日 時 11月1日(日) スタート
毎週土・日曜 9:30~11:30 (いつからでも参加可)
※11月29日(日) はまなびの日のため休み
- 場 所 橋本市運動公園多目的グラウンド(都合により変更有)
- 参加資格 橋本市在住の小学5、6年生及び中学生
- 申し込み先・問い合わせ
教育委員会文化スポーツ室 橋本市体育協会事務局
TEL33-3704 FAX33-2657
※参加前日までに電話またはFAXでお申し込みください。