

子育て

すくすく

掲示板

今月の子育て支援センター

月 4日	火 5日	水 6日	木 7日	金 8日	土 9日
すくすくプレールーム 「よちよちひろば」 (午前10時～正午) 支援センター	すくすくプレールーム 「とっこひろば」 (午前10時～正午) 支援センター ----- 食育講座 「おやつ・食事編」 (午前10時～11時30分) むくのきセンター	赤ちゃんサロン A (午前10時～11時30分) 保健センター	すくすくプレールーム 「にっこりひろば」 (午前10時～11時30分) いけたに保育所		マタニティーサロン (午前10時～11時30分) 保健センター
11日	12日	13日	14日	15日	16日
すくすくプレールーム 「よちよちひろば」 (午前10時～正午) 支援センター	すくすくプレールーム 「とっこひろば」 (午前10時～正午) 支援センター ----- にっこりひろば (午前9時45分～11時15分) いけたに保育所	子育てふれあい教室 「第2回わらべうた」 (午前10時15分～11時30分) 神の園	発達応援プレールーム 「あいあいひろば」 (午前10時～11時30分) 保健センター ----- すくすくプレールーム 「にっこりひろば」 (午後1時30分～3時30分) 支援センター	お誕生日のつどい (要申し込み) (午前10時～11時30分) 支援センター   スマートフォン 携帯電話	
18日	19日	20日	21日	22日	23日
敬老の日 	すくすくプレールーム 開放日 (午前10時～正午) 支援センター	赤ちゃんサロン B (午前10時～11時30分) 保健センター	すくすくプレールーム 「にっこりひろば」 (午後1時30分～3時30分) 支援センター		秋分の日 
25日	26日	27日	28日	29日	30日
すくすくプレールーム 「よちよちひろば」 (午前10時～正午) 支援センター ----- 子育てふれあい教室 「音楽リズム」 (午前10時15分～11時30分) むくのきセンター	すくすくプレールーム 「とっこひろば & 絵本のひろば」 (午前10時～正午) 支援センター		すくすくプレールーム 「にっこりひろば」 (午前10時～11時30分) いけたに保育所		
10月2日	3日	4日	5日	6日	7日
すくすくプレールーム 「よちよちひろば」 (午前10時～正午) 支援センター	すくすくプレールーム 「とっこひろば」 (午前10時～正午) 支援センター	赤ちゃんサロン A (午前10時～11時30分) 保健センター	すくすくプレールーム 「にっこりひろば」 (午前10時～11時30分) いけたに保育所		
9日	10日	11日	12日	13日	14日
体育の日 	すくすくプレールーム 開放日 (午前10時～正午) 支援センター	赤ちゃんとの かかわり方教室 (要申し込み) (午前10時～11時30分) 保健センター	発達応援プレールーム 「あいあいひろば」 (午前10時～11時30分) 保健センター ----- すくすくプレールーム 「にっこりひろば」 (午後1時30分～3時30分) 支援センター		
16日	17日	18日	19日	20日	21日
すくすくプレールーム 「よちよちひろば」 (午前10時～正午) 支援センター	すくすくプレールーム 「とっこひろば」 (午前10時～正午) 支援センター ----- 食育講座(離乳食) 「初期・中期編」 (要申し込み) (午前10時～11時30分) むくのきセンター	赤ちゃんサロン B (午前10時～11時30分) 保健センター	すくすくプレールーム 「にっこりひろば」 (午後1時30分～3時30分) 支援センター	お誕生日のつどい (要申し込み) (午前10時～11時30分) 支援センター   スマートフォン 携帯電話	マタニティーサロン (午前10時～11時30分) 保健センター ※第2土曜日より変更

※ は申し込み終了しました。
 ※午前9時の時点で京都府山城南部地域に気象警報が発令された場合は、子育て支援センターの催しは中止になります。
 (対象者)よちよちひろば：おおむね1歳6カ月まで
 とっこひろば：おおむね1歳6カ月以上
 にっこりひろば：おおむね1歳以上2歳未満
 赤ちゃんサロンA：2～7カ月児
 赤ちゃんサロンB：8～12カ月児
 子育て支援センター(こまだ保育所内) ☎98-4001

育児相談

子育てや子どもの発育などについて、相談に応じています。
▶来所相談
 ◆場 所：子育て支援センター
 ※事前に電話で同センターにお申し込みください。
▶電話相談
 ◆日 時：月～金曜日 午前10時～午後4時
 ◆場 所：町内各保育所・子育て支援センター
 ※下記の保育所では土曜日も相談を受けています。
 ・ほうその保育所 午前8時30分～正午
 ・いけたに保育所 午前8時30分～正午
 ・こまだ保育所 午前8時30分～正午
 ・ひかりだ保育所 午前9時～11時30分
 ・せいかだ保育所 午前8時30分～午後4時

食育講座 離乳食

離乳食の進め方や必要性、簡単メニューの紹介など調理実習を通して楽しく学べます。「そろそろ離乳食を始めたいけれど、何から始めればいいのか?」「軟らかさは?」「切り方は?」「2回食、3回食にはいつからすればいいのか?」など、疑問や不安なことは何でも相談してください。
▶日 時 A：10月17日(火) B：11月7日(火)
 いずれも午前10時～11時30分
▶場 所 むくのきセンター3階・調理室
 (受付/託児場所：3階・和室)
▶対 象 町内在住で在宅の子どもの保護者・妊婦の方
▶定 員 各講座15人(定員を超えた場合は抽選)
 ※当選者にのみご連絡します。
▶内 容 A：離乳食 初期・中期編
 B：離乳食 後期・完了期
▶料 金 A：200円 B：300円(材料代)
▶申込期間 9月11日(月)～15日(金)
▶申込方法 町ホームページから「食育講座」を検索、または右の二次元コードから。
▶そのほか 対象は2カ月～就園前児向けの託児もあります(お子さんへの試食はありません)。

赤ちゃんのかかわり方教室

愛情をたっぷり受けて大きくなった1歳～1歳半の赤ちゃんには、「自我」が芽生えてきます。この時期のかかわり方を保育士と一緒に楽しく学びませんか。
▶日 時 10月11日(水) 午前10時～11時30分
▶場 所 保健センター
▶対 象 町内在住で在宅の満1歳～1歳半(10月1日現在)の第1子とその保護者
▶定 員 先着25組程度
▶申込期間 9月13日(水)～28日(木)

▶申込方法 町ホームページから「赤ちゃんのかかわり方教室」を検索、または右の二次元コードから。
 
 スマートフォン 携帯電話

パパ・ママ講座(体育あそび・ふれあいあそび編)

パパもママも、体を動かしながら楽しく子育てのコツを学べます。講師は、越智文啓氏(NPO法人フットスポーツアカデミー)です。
▶日 時 10月28日(土) 午前10時15分～11時30分
▶場 所 むくのきセンター・アリーナ
▶対 象 町内在住で在宅の、満1歳6カ月以上(10月1日現在)の子どもの保護者
▶定 員 親子30組(定員を超えた場合は抽選)
▶申込期間 9月25日(月)～10月6日(金)
▶申込方法 町ホームページから「パパママ講座体育あそび編」を検索、または右の二次元コードから。
 
 スマートフォン 携帯電話



すくすくプレールーム開放日「にっこりひろば」

おもちゃがいっぱいの部屋で親子であそびましょう!
▶日 時 ①第1・4木曜日 午前10時～11時30分
 ②第2・3木曜日 午後1時30分～3時30分
▶場 所 ①いけたに保育所②子育て支援センター
▶対 象 ①、②いずれも町内在住で在宅のおおむね1歳～2歳未満の子どもの保護者



毎月19日「きょうと育児の日」は、家庭・職場・地域が一体となって子育て支援を推進する日です。

ひとりで悩まないで…… 子ども虐待に気づいたら……
児童相談所 いち はや く
全国共通ダイヤル TEL 189



居場所で心に栄養を、野菜で体に栄養を

町内では健康に向けたさまざまな活動が行われています。今回は住民主体の居場所づくり「みんなのえん」と、「体感！野菜のそごから」プロジェクトの第3回「野菜と健康 in こらく」をご紹介します。

のぞいてみませんか？地域の居場所

～居場所 その1～

住民主体の居場所づくりが、広まっています！！

精華町では、NPO 法人や住民が主体となって支援が必要な高齢者などのための居場所づくりが進んでいます。

居場所では、介護予防体操やゲームやカフェなどを楽しんでいて、すでに町内に4カ所立ち上がっています。

今回は、「みんなのえん」をご紹介します。

「みんなのえん」は、精華町北部圏域(精北小学校区、川西小学校区)の地域住民に対して、地域の居場所(岩井三郎さん宅の離れスペース)を活用して、みんなが地域で繋がり、支えあうことを目的に住民主体で居場所を行っています。年齢問わずに気軽にご参加ください！！



予防教室の様子

- 内 容 予防教室(みんなの認知症予防ゲーム)・茶話会・手芸・木工・絵画などの趣味活動・喫茶 ほか
- 開 催 日 毎週木曜日 午後1時30分～3時30分
- 場 所 里地区(岩井三郎さん宅離れスペース)
- 対 象 者 精北小学校区、川西小学校区の方
- 定 員 約15人
- 参 加 費 300円(送迎費、お茶代を含む)

問みんなのえん 93-0481(代表…松阪)

◇参加者・ボランティアの声◇

●娘の住む精華町にやってきて友だちもなくさみしかったがここにきて友だちができた。私も娘もとても喜んでます。



居場所で友だちができた

- 毎週あるので楽しみにしています。
- いつも迎えに来てもらえるので、ここに来ることができるここにきて毎週皆さんに会えることで元気になります。
- たくさんの方と話できて、とっても楽しい。
- 毎回体操をしているので体の調子がいいです。
- 楽しみに参加して下さるのでボランティアとして、とてもやりがいを感じています。
- この活動のボランティアをして自分自身の健康づくりにつながっています。



みんなで認知症を予防

町には、たくさんの住民主体の居場所ができています。ボランティアに興味のある方を募集しています。詳しくは次のところにお問い合わせください。

問福祉課 包括ケア推進係 95-1904

第3回「野菜と健康 in こらく」

「体感！野菜のそごから」プロジェクトでは6月27日(火)、「cafe」こらくにおいて、「野菜と健康」について高機能野菜を使ったランチを食べながら学ぶ第3回「野菜と健康 in こらく」を開催しました。当日は、大人17人・子ども2人が集まり、ヘルシーでボリュームたっぷりのランチに会話も盛り上がりしました。



京都府立大学精華キャンパス顧問、竹葉剛名誉教授の、「子どもと野菜」がキーワードの講演を聞き、野菜を好きになってもらうにはどうしたらよいかを考えました。

講演では、子どもの好きな野菜・嫌いな野菜のランキング紹介や子どもが野菜に慣れる方法、野菜の持つ「えぐみ」について詳しい説明がありました。竹葉教授の「子どもの野菜嫌いは、子どもが悪いわけではない。お母さんが悪いわけではない。野



あすなろお喜楽 254 COOKING



レタスロール

今回は、精華町食生活改善推進員協議会「あすなろ会」酒井喜代美さん(光台四丁目)が紹介する「レタスロール」です。

- ▶材料(2人分)
レタス160g(4枚)、A〔鶏ひき肉120g、玉ネギ(みじん切り)30g、しょうが(すりおろし)5g、パン粉6g(大さじ2)、酒5g(小さじ1)、溶き卵30g(1/2個)〕、しょうが(千切り)少々
あん:水1カップ、鶏がらスープの素大さじ1/2、しょうゆ6g(小さじ1)、砂糖1.5g(小さじ1/2)、水溶性片栗粉適量

菜のえぐみが悪いんです」という言葉に、参加者は納得の表情でうなずかれていました。

講演後は、グリーンスムージーとハーブティーとともに、参加者全員で「野菜をたくさん食べてもらうためのアイデア」を付せん書きしながら話し合い、有意義なひとときを過ごしました。

また、京都府立大学が開発した高機能野菜「けいはん菜」のお土産も好評でした。

「セイカ歩数計」でウォーキング

「せいかがい365」のアイテム、その名も「セイカ歩数計」。あなたのウォーキングのお供に、京町セイカといっしょに歩いて、健康寿命を延ばしましょう。高精度&低消費電力を実現しました。アプリは、Google Play または App Store から取得できます(無料)。「セイカ歩数計」で検索してみてください。

※対応機種・OSは、アンドロイド4.0.3以降を搭載したスマートフォンとiphoneです。下の二次元コードからダウンロードできます。



問せいかがい365事務局(健康推進課・福祉課・国保医療課・生涯学習課・企画調整課) 95-1905(健康推進課内)

▶作り方

- ①ポウルにAを入れ、よく練り合わせ、2等分する。
- ②はがしたレタス葉に熱湯をかけ、少ししんなりしたら、水をかけ熱を取り、水気を拭く。
- ③②のレタスを2枚重ね、ロールキャベツの要領で①を包み、楊枝でとめる。
- ④③を蒸し器で弱めの中火で15分蒸す。
- ⑤鍋にスープの材料(水溶性片栗粉以外)を入れ、煮立ったら、水溶性片栗粉でとろみを付ける。
- ⑥器に蒸しがった④を盛り付け、⑤のあんをかけ、しょうがを飾る。

▶1人分の栄養価

エネルギー 175kcal・たんぱく質13.7g・脂質9.0g・カルシウム33g・食物繊維1.3g・塩分0.7g

毎月19日は食育の日



せいか写真日記



7月28日 金曜日 ☁

打ち水でヒンヤリ

打ち水で涼を取る恒例の「打ち水してみませんか?」のイベントを7月28日(金)、せいかガーデンシティ(祝園西一丁目)南側歩道前で、親子連れなど約120人が楽しみました。

イベントは、町商工会青年部の協力を毎年開催しています。

午後6時から、子どもたちがひしゃくで一斉に遊歩道に打ち水をしたところ、地表の温度が8度下がり、涼しさを感じることができました。



みんなで「涼しくな〜れ」

8月1日 火曜日 ☀

みんなで築こう 人権の世紀

京都府人権強調月間(8月1日~31日)に合わせた街頭啓発が、8月1日(火)の早朝、町内の各駅前で行われました。

京都府では、すべての人々の人権が尊重され、相互に共存しうる平和で心豊かな社会を築くために、毎年8月を「人権強調月間」と位置付けて、広く府民に対してさまざまな啓発事業を実施しています。

当日は、人権擁護委員や町商工会、町社会福祉協議会、JA京都やましろの職員などの協力により、啓発物品を配布し、一人ひとりが人権問題に対する理解と認識を深めるよう呼びかけました。



山田川駅前での啓発活動

8月4日 金曜日 ☀

イノベーションが生み出す、未来のまちづくり

データから考える京都のミライセミナーを8月4日(金)、けいはんなプラザで開催し、一般住民の方や近隣自治体関係者など約60人が参加しました。

この事業は、地方創生の推進に関する包括的な連携に向けて、今年6月に締結した京都銀行との「精華町の魅力発信パートナーシップ協定」に基づく第1弾の事業として、経済産業省が提供するRESAS(地域経済分析システム)やその他データを使用し、チームに分かれて短時間で集中的にアプリケーションを開発する「地域創生ハッカソン」(7月22日~23日に開催)と合わせ、その地域創生ハッカソンの成果発表や地域課題に対するビックデータの活用事例など、これからの地方自治体における地域創生の取り組みなどについて、ハッカソンの司会進行役を務めたチーム・ラボの床並展和氏をはじめ、京都銀行の安倍孝幸氏、NTTドコモの清水健二郎氏などの方々からご講演いただきました。



ハッカソンの様子(7月22日、23日)



チームラボ床並氏による講演

8月5日 土曜日 ☀

みんな困ってへん? 助け合う地域づくり

「せいか我が事・丸ごと懇談会」を8月5日(土)、けいはんなプラザで開催し、130人を超える参加がありました。

第1部では、同志社大学准教授 永田祐氏を講師に迎え、「我が事・丸ごと地域づくり」と題して、誰もが住み慣れた地域で安心して暮らすことができる地域づくりについて、ご講演いただきました。

また、第2部の住民・専門職・企業が一堂に会して「精華町の強み」や「自分の地域で自分たちができること」について話し合うちゃぶ台会議では、精華町版地域共生社会の実現に向け、活発なアイデアや意見が交わされ、大盛況のうちに閉会しました。



永田先生の講演



盛り上がるちゃぶ台会議

8月5日 土曜日 ☀

今年は平和への願い、けいはんなプラザで

「精華町平和祭典2017」が8月5日(土)、けいはんなプラザ「メインホール」で開催され、定員700人に対し、応募者が約900人を超える大盛況となりました。今年は、初めて(けいはんなと合同で開催し、場所もけいはんなプラザと例年とは異なる形で行われました。

今回は平和映画として、戦時下の庶民の暮らしを一人の少女の目線から描いた長編アニメ映画『この世界の片隅に』を上映し、涙を流して自分の故郷である広島のことを思い出したと、戦時中の思いを話される方もおられました。また、会場の外では、戦中・戦後の生活を伝えるポスターや写真パネルなどの展示に加え、平和の思いを込めて折鶴を折るコーナーでは、例年の倍以上の折鶴が集まりました。

来場者からは「次世代には戦争の最低限の知識は伝えたい」「人権を侵害するあらゆる言動・暴力に反対する」という戦争に対する思いのほか、「自分の劣っているところを前面に出せば平和になる」など、平和について考える良い機会となりました。



平和映画の入場風景



パネル展示にも多くの人が...

広告

税務・会計、相続・贈与、会社設立、建設業許可他
http://www.fujiharakaikai.com/

藤原総合会計事務所

税理士・行政書士 藤原 義明
税理士・行政書士 藤原 庸貴
税理士・社労士 大倉 康

木津川市木津宮ノ内95-9 いずみホール前
☎ 0774-72-7711 (代) (P有り)

看護師24時間常駐

手厚い人員体制

介護が必要な方へ
(入居時要支援・要介護)

同一敷地内に診療所(別法人)がある安心

資料請求・お問合せ・ご見学 随時受付中

介護付有料老人ホーム

〒619-0213 京都府木津川市市坂六本木76 お客様相談室
フリーダイヤル 0120-26-3410 http://suncity-kizu.jp

サンシティ木津