



市民図書館「本館おはなし会」

日時 1(土)・8(土)・9(日)・15(土)・16(日)・23(日) 11時～11時30分

場所・問合せ 市民図書館(花川北7・1) ☎72・2000



学校給食

チキン南蛮

この「チキン南蛮」は今年の「いしかりデー」の献立です。鶏胸肉を使ったり、タルタルソースにカッテージチーズを入れることで、よりヘルシーな一品になっています。鶏胸肉に、片栗粉ではなく卵と小麦粉で衣をつけてもおいしいですよ。ぜひご家庭でも作ってみてくださいね!

<材料2人分>

玉ねぎ1/6個、鶏胸肉2切れ(1切れ約60g)、片栗粉・サラダ油各適量

【A】砂糖・しょうゆ・酢各小さじ2

【B】マヨネーズ大さじ1、カッテージチーズ小さじ2、砂糖・レモン汁各小さじ1/4、塩・コショウ・乾燥パセリ各少々

栄養バランスのいい 献立例

- 主食 ごはん
- 汁物 野菜たっぷり中華スープ
- 主菜 チキン南蛮
- 副菜 小松菜のサラダ

<作り方>

- ① 玉ねぎはみじん切りにして水にさらし、辛みを抜く。【A】は混ぜておく
- ② 鶏胸肉に片栗粉をまぶし、サラダ油で揚げる
- ③ ①の玉ねぎと【B】を混ぜてタルタルソースを作る
- ④ ②に【A】をからめて③をかけたら出来上がり



ハロウィーンの
食卓を彩る一品としても
オススメよ!

今月のアドバイザー

厚田中学校
こどもら
栄養教諭 幸村 伊織さん



学校司書のオススメ本『ボヨンボヨンだいおうのおはなし』

読んでみよう!



ヘルム・ハイネ/作 ふしみみさを/訳 朔北社

棚にある絵本を何気なく見ていた時に、タイトルを見てとても興味をそそられたのがこの絵本でした。「ボヨンボヨン」ってなんだろう? だいおうのおながボヨンボヨンなのかな? と思いながらページをめくってみると、「ボヨンボヨン」は、おなかではありませんでした。

国は平和でしたが、王さま自身は国のいろいろな問題が気になって眠れません。ある晩、どうしても眠れなかった王さまは、ベッドの柱によじ登り、勢いよく飛び降りてみました。ボヨンバヨーン、ボヨヨーンバヨヨーン。これ

がタイトルのボヨンボヨンの正体です。こうすることによって王さまの心配事が一つずつ消えてゆき、眠ることができるのでした。

王さまが夜な夜なベッドで「ボヨーンバヨーン」と飛び跳ねるのがユニークで面白く、読み聞かせにも最適です。大人が読むとストレス発散って大事なとか、我慢は良くないとか、いろいろ考えたりしてしまいましたが、子どもには単純に面白いようで、大笑いしてくれる絵本です。

(聚富小学校、望来小学校派遣司書 中川 つかさ)



子育て支援 ママパパライン® 傾聴講座

傾聴とは? 相手をありのままに受け入れ共感する、ホントの寄り添いが学べます。

内容 ①「スマホ・ケータイに関する子ども若者リアル事情・ワーク」
②「傾聴とは/受容と共感のワーク」

日時 16(日) 10時～15時15分

場所 市民プール(花川北3・2)

講師 ①敬愛大学国際学部こども学科講師 阿部 学氏
②臨床心理士 河岸 由里子氏

費用 1,000円

申込・問合せ NPO法人こども・コムステーション・いしかり ☎64・5640



児童館の行事

花川北児童館 ☎花川北3・2 ☎74・2884	15(土) 13時30分～14時30分 カローリング教室 定員:15人 申込:1(土)～
おおぞら児童館 ☎花川南1・1 ☎73・4849	15(土) 13時30分～14時30分 ドミノであそぼう 参加自由
花川南児童館 ☎花川南8・3 ☎72・7311	3(月)～8(土) 15時30分～16時 ゲーム週間「マンカラをしよう」 参加自由 15(土) 13時～13時40分 段ボールで遊ぼう 持ち物:上靴 参加自由
こども未来館 あいぼーと ☎花川北7・1 ☎76・6688 http://iport-ishikari.net/	1(土)・9(日)・15(土)・29(土) 14時～14時30分 おもいっきり◎ASOBI「なイスちょイス」 参加自由 8(土) 11時～12時 こども会議 10(月・祝) 14時～15時 ボディバランスチェック 参加自由 22(土) 11時30分～14時 スタジオ研修 対象:バンドの練習で文化活動室を利用したい中高生 定員:12人※要予約 22(土) 15時～16時 スタジオ会議 30(日) 14時～15時30分 スポ@レク「あいぼーとマッチ～バスケットボール」 定員:8グループ 申込:9(日)～



地域で
子育て!

今回ご紹介するのは…「いしかり子育てネット会議」

問合せ いしかり子育てネット会議事務局(子ども政策課内) ☎72・3631

まちぐるみで子育て家庭をサポートしよう!

「石狩の子育てを応援したい!」という想いを持った人なら誰でも参加できるネットワーク会議。現在は子育て支援に関係する団体や、行政機関など、約15団体と一般市民が会議に参加しています。



子育てネット会議メンバーから

- 石狩で育った子どもたちが親になると、「石狩で子育てしたい」と思える環境づくりのお手伝いができたら、と思って参加しています。
- 楽しく参加させてもらっています。ネット会議に仲間入りをし、さまざまな垣根を越えていろいろな方々に出会えてうれしいです。
- とても貴重で大切な子育て期間を、子育て中の皆さんが充実して過ごせるためのサポートができれば。
- どなたでもどんなことでも声を上げて欲しいです。お気軽にご参加ください!



事務局 村田さん 副議長 星野さん 会計 川村さん 議長 佐藤さん

ネット会議の活動

あの講座もイベントも、実はいしかり子育てネット会議が主催しています。ネット会議の活動内容をご紹介します!

- まずはこれ!
「子育てガイドブック」
- 年に一度の
「子育てメッセ・子育てセミナー」
- 仲間を発見
「びよびよ広場」
- 子育ての困り事を解決
「NPプログラム」
- ババと一緒に♪
「みんな一緒にゆき遊び!」

ネット会議の公認キャラクターが誕生しました!



おおかみです!
よろしくお願いします。

Q.なぜおおかみの?

A. おおかみは母だけでなく、群れという社会の中で子育てする動物。「まちぐるみで子育てをしよう」というネット会議の主旨にぴったりだったからです

Q.なぜ怖いイメージがあるおおかみを採用したのですか?

A. 「子育て関連のキャラクターはかわいいものが多いのに、どうしておおかみなんですか?」「それはね…」というやりとりをきっかけに、もっとネット会議を知って欲しいからです

市内各所で配布している、子育て情報満載の「子育てネットマガジン」も、実はネット会議が発行しています!

就学前のお子さんと保護者向けのイベント一覧をチェックするなら

「子育てネットマガジン」と
「いしかり子育てネット」で!

☞ <http://ishikarikosodate.sblo.jp/>

問合せ 子ども政策課 ☎72・3631



びよびよ広場



健診・相談コーナー

場所 りんくる(花川北6・1)

問合せ 保健推進課 ☎72・3124

健診・相談名	対象	日時	持ち物
乳幼児健診	4か月健診、BCG	4~5か月児 20(木) 12時30分~13時30分	母子健康手帳 問診票
	10か月健診	9~11か月児 4(火) 12時30分~13時30分	
	1歳6か月健診	1歳6~11か月児 19(水) 13時~14時	4か月健診のみ BCG予診票も
	3歳児健診	3歳0~11か月児 25(火) 13時~14時30分	
歯科検診・フッ素塗布	0・1・3歳代	19(水) 10時~11時	母子健康手帳 歯ブラシ
	2・4歳代	25(火) 10時~11時	
乳幼児健康相談	乳幼児	3(月) 10時~11時30分	母子健康手帳
こども発達相談	就学前児童	18(火) 10時~16時※要申込	

ステップアップ離乳食教室

2回食、3回食への進め方や大人の食事からの取り分け方法など栄養士が分かりやすくお話しします。※上のお子さんの託児希望の方は要相談

対象 おおむね7~10力月児と保護者

日時 17(月) 10時30分~11時30分

場所 りんくる(花川北6・1)

持ち物 母子健康手帳、おむつなど普段出かけるときの持ち物、離乳食用スプーン

定員 20組(申込順)

申込期限 14(金)