



こんにちは!

れいら
高橋 麗羅ちゃん
(1歳8か月)

〔パパ〕 達也さん
〔ママ〕 泰子さん (小林)

とても元気な れいちゃん です。

……ママより

食育コーナー

ホタルイカ

いよいよ「ホタルイカ」のシーズン到来となりました。富山湾に春の訪れを告げるホタルイカは滑川を代表する特産品で、その幻想的な青白い光は「富山湾の神秘」といわれています。酢の物や甘露煮などいろいろな料理がありますが、今回は、若い方にもおすすめのスパゲティをご紹介します。季節のホタルイカとタケノコ、新タマネギを使用した春満喫のメニューをぜひお試しください。

ホタルイカとタケノコのスパゲティ

材料 (2人分)

- スパゲティ 150g
- 塩・オリーブ油 各大さじ1
- ゆでホタルイカ 100g
- オリーブ油 大さじ2
- ニンニク 1片
- 赤唐辛子 適宜
- 新ゆでタケノコの穂先 10cm
- 新タマネギ ½個
- パプリカ (赤・黄) 各 ¼個
- 細ネギ 2本
- 塩・こしょう 適宜

作り方

- ① スパゲティは、たっぷりの熱湯に塩、オリーブ油を加えた中で表示時間通りゆでて、ザルにとり上げる。
- ② ゆでホタルイカは、サッと熱湯にくぐらせ、目玉をとる。
- ③ ニンニクは、薄切りにする。
- ④ ゆでタケノコの穂先は、薄くくし形に切る。
- ⑤ タマネギとパプリカは、5mm幅の細切りにする。
- ⑥ 細ネギは、小口切りにする。
- ⑦ フライパンにオリーブ油、ニンニク、赤唐辛子、タケノコを中火で炒め、香りが出たら取り出す。
- ⑧ タマネギ、パプリカを炒め、塩・こしょう、油がまわったらスパゲティをからめる。
- ⑨ 器に盛り、ホタルイカ、タケノコ、ニンニク、赤唐辛子をのせ、細ネギを散らす。



(1人分 546kcal)

滑川市食生活改善推進協議会

児童館行事 ☎475-3706

親子サークル 10:30～12:00
たんぼぼ (1歳児) 8日(水)・15日(水)
ひまわり (2歳児) 8日(水)・22日(水)

4日(土) 11日(土)	春を見つけよう週間	10:30～15:30	幼児 (保護者) 小学生
18日(土) 25日(土)	くるくるひこうき 作り週間	10:30～15:30	幼児 (保護者) 小学生

「とやまっ子 子育て応援券」の対象サービスを拡充します!

昨年4月以降に生まれたお子さんのいる家庭に対して、一時保育や予防接種などに利用できる「とやまっ子 子育て応援券」を配布する「とやまっ子 子育て支援サービス普及促進事業」の対象サービスを4月から拡充します。

◆新たに対象となるサービス

市内の幼稚園で実施する一時預かり (通園児を対象とするものを除く)

なお、子育て応援券の有効期間は出生より2年間 (平成20年4月～9月生まれを除く) です。有効期限にご注意の上、お早めにご利用ください。

☎詳しくは、市のホームページをご覧ください。

問合せ先 福祉課児童福祉担当 (内線753)

子育て応援特別手当を支給します

「子育て応援特別手当」は、平成20年度で小学校就学前3年間に該当するお子さん (平成14年4月2日～平成17年4月1日生まれ) で、そのお子さんが第2子以降である場合に、3万6千円を支給するものです。該当の方には個別に案内を送付しますが、対象となるお子さんがいるにもかかわらず、案内が届かないという方は、お問い合わせください。申請受付期間は6か月です。忘れず申請をしてください。

※第2子の判定は、18歳以下の子ども (生年月日が平成2年4月2日以後の子ども) の中から年齢順に第1子・第2子と数えます。

※申請において不明な点があった場合、市から問い合わせをすることがありますが、ATM (現金自動預払機) の操作や手数料の振り込みを求めることは、絶対にありません。もし、不審な電話がかかってきた場合は、すぐに市役所または警察へご連絡ください。

問合せ先 福祉課児童福祉担当 (内線753・754)

幼児ことばの教室 (相談)

この教室は、発音の誤りやことばの発達についての相談や指導を行っています。

ことばのことで悩みをお持ちの方は、お気軽にご相談ください。専門の指導員が相談に応じます。

問合せ先 福祉課社会福祉担当 (内線752)

子育て支援センター案内

(あずま保育所内) ☎476-6565

子育て中の親子は誰でも利用できます。(月～金)

子育てサロン (10:15～12:00 参加費無料)

赤ちゃんサロン (0～1歳6か月ごろまでのお子さん)	
7日(水)	手遊び・絵本
21日(水)	こいのぼり作り
キッズサロン (1歳6か月ごろ以上のお子さん)	
14日(水)	こいのぼり作り
28日(水)	絵を描こう

親子サークル (木曜日 10:15～12:00 登録が必要です)
0歳児、1歳児、2歳児 (年齢別)

育児相談 電話・面接を受けています。(月～金)

休日当番医

☎は新川地区の当番を掲載

月日	当番医	電話番号	所在地
4月5日(日)	毛利医院	475-0054	四間町
(水)	弥中田歯科医院	0765-83-8550	朝日町
12日(日)	伊井外科医院	475-1160	加島町
(水)	佐藤歯科医院	0765-72-2003	入善町
19日(日)	中村内科医院	476-6222	中川原
(水)	みどり歯科医院	0765-54-5775	黒部市
26日(日)	石坂医院	477-1818	嘉大窪
(水)	島田歯科医院	0765-52-0167	黒部市
29日(水)	吉見病院	475-0861	清水町
(日)	岩井歯科医院	0765-54-4300	黒部市
5月3日(日)	石坂眼科医院	475-0387	四間町
(水)	島田歯科クリニック	0765-62-1353	黒部市
4日(月)	厚生連滑川病院(外科系)	475-1000	常盤町
(水)	渡辺歯科医院	0765-52-0164	黒部市
5日(火)	厚生連滑川病院(内科系)	475-1000	常盤町
(水)	堀川歯科医院	0765-54-1182	黒部市
6日(水)	野尻外科医院	475-4131	上小泉
(日)	平井歯科医院	0765-52-0727	黒部市

*診療時間は9:00～17:00です。都合により変更になる場合がありますので、一般医は消防署 (☎475-0180)、歯科は黒部市保健医療総合センター (☎433-2039) へ確認の上、ご利用ください。

ポリオ (小児マヒ) 生ワクチンの投与

とき	対象者
5月1日(金)	平成20年2月1日～4月30日生まれ
15日(金)	平成20年5月1日～6月30日生まれ
22日(金)	平成20年7月1日～9月30日生まれ
29日(金)	平成20年10月1日～12月31日生まれ

※上記対象者以外で、生後90か月未満 (ただし、平成20年12月31日までに生まれたお子さん) で、2回受けていないお子さんは、受けてください。

受付時間 13:30～14:10

ところ 市民健康センター

ポリオ生ワクチンを受けるときの注意

- ◇1か月以内に、風邪などで医療機関を受診されたお子さんはポリオ生ワクチン投与の可否について、主治医へ事前にご確認ください。
- ◇生ワクチン (麻しん・風しん、BCG など) の予防接種を受けた後、27日以上を経過していないお子さんは受けることができません。
- ◇下痢をしている場合は、受けられません。
- ◇ポリオ生ワクチンを受ける前後30分は飲食をしないでください。
- ◇できるだけ体調のよい日に受けてください。またお子さんの体調がよくわかる人が付き添ってください。
- ◇説明書「予防接種と子どもの健康」をよく読んでください。
- ◇予防接種手帳にあるポリオ生ワクチン予防接種予診票を記入して忘れずにお持ちください。
- ◇母子手帳を忘れずにお持ちください。

問合せ先
市民健康センター (☎475-8011)

4月の母子・成人保健

会場・問合せ先 市民健康センター (☎475-8011)

健康 診 査	○4か月児健康診査・離乳食講習会 23日(水) 受付 13:10～13:30 対象はH20.12月生まれの子	※新しい歯ブラシを持参してください
	○1歳6か月児健康診査 16日(水) 受付 13:10～13:30 対象はH19.9月生まれの子	
	○3歳児健康診査 10日(金) 受付 13:10～13:30 対象はH17.12月生まれの子	
教室・ 相 談	母子保健 ○ジャングルジム (親子の遊び教室) 15日(水) 13:30～15:30 <事前に案内のあった幼児> ○ほたるっこ広場 (言語・発達相談) 22日(水) 13:30～15:30 <事前に案内のあった幼児>	
	成人保健 ○糖尿病健康相談 6日(月) 9:00～12:00 ○機能訓練 30日(水) 13:30～15:30	
そ の 他	○虫歯予防フッ素塗布 2日(水)、14日(水) 受付 13:15～13:45 <1歳6か月児健診で説明を受けられた方>	

