



こんにちは!

くるみ
原 来心 ちゃん
(1歳9カ月)

[パパ] 透 さん
[ママ] 有礼 さん (宮窪)
お兄ちゃん、お姉ちゃんと
なかよくすすすすでっかってね♡
……/パパ・ママより

食育コーナー

～ヨモギ～

待ちわびた春の訪れの時期となりました。暖かい春の陽射しを受けて、多くの草木が芽吹いてきます。今月は春の野に多く見かける「ヨモギ」を使ったよもぎ団子をご紹介します。草餅よりも、とても手軽にできますので、ぜひ春の香りを満喫してみてください。

よもぎ団子

材料 (4人分)
白玉粉 150g
水 1/2～3/4カップ
ヨモギ (葉先) 50g
炭酸 少々
きな粉、黒蜜 各適宜
(1人分 約200kcal)

作り方

- ①ヨモギは葉先を摘んで、水でよく洗う。熱湯に炭酸を少量加え、ヨモギをさっと茹で冷水に入れてさらす。固く絞る。みじん切りにし、すり鉢でよくする。
- ②白玉粉をボールに入れ、分量の水を加えてよくこねる。
- ③白玉の生地を①のすり鉢に入れ、しっかり混ぜ込み、耳たぶくらいの柔らかさにする。
- ④直径2cm位の球状に丸め、沸騰した湯に入れて茹でる。浮き上がって1～2分してからすくい上げ冷水に取る。冷めたらザルに取り水気を切る。
- ⑤器に盛り、お好みできな粉、黒蜜をかける。

市民健康センター 管理栄養士



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カ月児健康診査・離乳食講習会 24日(木) 受付 13:10～13:30 対象はH25.12月生まれの子	※日常使用している歯ブラシを持参してください
	○1歳6カ月児健康診査 17日(木) 受付 13:10～13:30 対象はH24.9月生まれの子	
	○3歳児健康診査 ※今年度から、3歳5カ月になるお子さんを対象に実施します。4月は調整のため実施しません。	
教室・相 談	母子保健 ○ほたるっこ広場 (言語・発達相談) 28日(月) 9:30～15:30 <事前に案内のあった幼児> ○ジャングルジム (親子の遊び教室) 16日(火) 9:45～11:30 <事前に案内のあった幼児> ※会場は子育て支援センターです。	
	成人保健 ○糖尿病健康相談 14日(月) 9:00～12:00	
そのほか	○虫歯予防フッ素塗布 3日(木)、15日(火) 受付 13:15～13:45 <1歳6カ月児健診で説明を受けられた方>	※新しい歯ブラシを持参してください

在宅の重度障がい者に 手当が支給されます

特別障害者手当

20歳以上で、精神または身体が著しく重度の障がいの状態にあるため、日常生活において常時特別の介護を必要とする方に支給されます。(施設入所中のときや入院期間が3カ月を超えたときは支給されません)

障害児福祉手当

20歳未満で、精神または身体に重度の障がいがあるため、日常生活において常時介護を必要とする方に支給されます。(障がいを支給事由とする公的年金を受給しているときや施設入所中のときは支給されません)

いずれの手当も、障がいの状態が一定の基準に該当することが必要であるほか、本人、配偶者、扶養義務者の所得制限があります。なお、支給を受けるには市(福祉介護課)への申請が必要です。問合せ先 福祉介護課 社会福祉担当(内線397)

市民のための更生保護相談会

とき 4月5日(土)、19日(土) 10:00～14:00
 ところ 滑川地区更生保護サポートセンター2階会議室(滑川市シルバー人材センターの同一敷地内別館)
 相談内容 青少年や成年の更生保護に関する相談
 相談員 滑川地区保護司会所属保護司
 問合せ先 滑川地区更生保護サポートセンター (☎476-2690)

児童館行事 ☎475-3706

子育てサークル「おひさま」 10:30～12:00
 1・2歳児対象 (平成23年4月2日～) 9日(水)・23日(水)
 (平成25年4月1日生)

12日(土)	4月のクラフト	10:30～14:30	小学生
27日(日)	集まれチルドレン「スライムづくり」	10:00～11:30	小学生
	集まれチルドレン「チャレンジゲーム」	14:00～15:00	小学生

平成26年度「趣味の教室」の会員(参加者)を募集します。お問い合わせやお申し込みは児童館まで。
※随時受け付けていますが、定員になり次第、締め切ります。
 申込書提出期限 4月24日(木)まで
 申込書提出場所 児童館または市内各小学校



教室名	曜日	時間	定員
工作教室	第1土曜日	14:00～15:30	20人
将棋教室		14:00～15:50	15人
茶道教室	第3土曜日	14:00～15:50	25人
手芸教室	第4土曜日	14:00～15:50	25人

※クッキング教室と一輪車教室は不定期に行います。学校への案内や市ホームページを見て、その都度、申し込んでください。

子育て支援センター案内

(あずま保育所内) ☎476-6565
 月～金曜日 子育て中の親子は誰でも利用できます。
 第1・3土曜日 共働きなどにより、平日に利用できない3歳未満児の親子が利用できます。

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カ月ごろまでのお子さん)	
15日(火)	絵本読み聞かせ・ふれあいあそび
キッズサロン (1歳6カ月ごろ以上のお子さん)	
8日(火)	絵本読み聞かせ・ふれあいあそび
22日(火)	こいのぼり作り

育児相談 電話・面接を受けています。(月～金)
平成26年度親子サークル参加者募集!
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)
 ※予定人数に達しなかった場合は、年齢別ではなく合同での活動になる場合があります。
利用時間変更のお知らせ
 4月16日(水)午前中は、行事のため利用できません。
 ※午後は利用できます。

滑川市子育て支援センターのほか、市内の各保育園・幼稚園でも、未就園の子育て中の親子を対象とした行事や育児相談などの子育て支援を実施しています。詳しくは、各保育園・幼稚園に直接お問い合わせください。



なめりかわ 子育てメール

健診情報や子育てひとくちメモなど、子育てに役立つ情報をメールでお届けします。(事前の配信登録が必要です。)
 市のホームページ、もしくは右のQRコードからモバイルページ(携帯版ホームページ)にアクセスして、配信登録をしてください。
 問合せ先 子ども課(内線325)

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6日(日)	荒川内科クリニック	475-0001	下小泉町
	歯科 My クリニック	463-6480	立山町
13日(日)	岩城小児科医院	475-0132	下小泉町
	幾島歯科医院	463-1900	立山町
20日(日)	毛利医院	475-0054	四間町
	山本歯科医院	472-0117	上市町
27日(日)	伊井外科医院	475-1160	加島町
	マキノ歯科医院	463-0269	立山町
29日(祝)	中村内科医院	476-6222	中川原
	川口歯科医院	464-1166	立山町
5月3日(祝)	石坂医院	477-1818	嘉大窪
	加藤歯科医院	473-1182	上市町
4日(祝)	厚生連滑川病院(内科系)	475-1000	常盤町
	吉岡歯科医院	473-0515	上市町
5日(祝)	吉見病院	475-0861	清水町
	小森歯科医院	472-0032	上市町
6日(火)	石坂眼科医院	475-0387	四間町
	小泉歯科医院	463-1051	立山町

*診療時間は9:00～17:00です。症状などにより受診できない場合がありますので当番医にご確認ください。
 *都合により当番医が変更になる場合があります。一般医は消防署(☎475-0180)、歯科は県歯科保健医療総合センター(☎433-2039)で確認できます。