

▶ Mama's Time(両親学級)～ミントコース～

3日目はお父さんも参加していただけるよう土曜日に学級を設けてあります。参加した人たちの参加動機は「な○まづくり」。
アットホームな雰囲気、地域ならではの「な○まづくり」に参加してみませんか？(○に入る答えは、参加してのお楽しみ☆)

日時	場所	内容	持ち物
3月12日(火) 10:00～11:45	藤久保児童館	妊娠・分娩の経過について(助産師とともに仲間づくり♪)	母子健康手帳、筆記用具、バスタオル
3月19日(火) 10:00～13:30	保健センター	妊娠中～出産後の栄養管理、歯科ブラッシング(管理栄養士とともに調理実習・会食をしましょう)	母子健康手帳、筆記用具、エプロン、タオル、三角巾、歯ブラシ、コップ
3月23日(土) 9:30～13:30	保健センター	沐浴実習・家族交流会(お父さんも一緒に仲間・ランチづくり)	母子健康手帳、筆記用具、エプロン、タオル、三角巾
3月26日(火) 10:00～11:45	子育て支援センター	出産後のイメージ座談会(先輩ママを交えての座談会)	母子健康手帳、筆記用具



3日目は、お父さんが人形を使って沐浴実習を行います

▶ はじめて子育て講座「ほっとサークル」～えがおコース～

時間：10:00～11:30(全日程共通)
対象：平成24年10月～12月生まれの子どもと家族
費用：無料
定員：定員20人(定員を超えた場合は第1子の人が優先となります。)

日時	場所	内容	持ち物
3月7日(木)	藤久保公民館	自己紹介、子育てに関するゲーム(ゲームをしながら楽しく仲間づくり)	母子健康手帳、筆記用具、赤ちゃんに必要なもの(ミルク、おむつ、バスタオルなど)
3月13日(水)	藤久保公民館	ふれあい遊び、おもちゃ製作、子育てQ&A	
3月18日(月)	保健センター	離乳食講座(離乳食の試食もします)	



赤ちゃんと一緒に、離乳食の作り方を学びます

▶ 申込方法 Mama's Time・はじめて子育て講座共通

電話、FAX、メール、QRコードで申し込みください。メール、FAXの場合は以下の必要事項を記入して申し込みください。QRコードの場合は希望の申し込み項目を選択し、フォームの内容を記入し送信してください。

【共通必要事項】

①○○申込み、②参加される家族の名前、③住所、④電話番号

【Mama's Timeの場合】

⑤出産予定日、⑥初産か経産か、⑦兄(姉)の参加の有無

【はじめて子育て講座の場合】

⑤子どもの名前と生年月日、⑥何番目の子どもか、⑦兄(姉)の参加の有無

休日・夜間・小児時間外診療所

施設名	休日急患診療所	第二休日診療所	小児時間外救急診療所	イムス富士見総合病院(入院等が必要な救急小児)
所在地	ふじみ野市駒林 353	富士見市鶴馬 3351-2	ふじみ野駒林 353	富士見市鶴馬 1967-1
電話番号	049-264-9592	049-252-4050	049-264-9592	049-251-3060
診療日	日曜・祝日・年末年始	日曜・祝日	月～土曜	月・木曜
診療時間	9:00～16:00 20:00～23:00	9:00～16:00	20:00～22:00	月・木曜が平日 18:00～翌朝8:00まで 月・木曜が祝日 8:00～翌朝8:00まで



子育て講座 QR コード

Event information on a library

図書館イベント情報

※子ども向けのイベントは、P18にも掲載しています。

親子で楽しむ昔話と紙芝居

春のおはなし会

—子ども・親子対象—



日程	3月9日(土)
場所	中央図書館
時間	10:10～10:50 5歳～2年生 50人
対象	11:10～12:00 3～6年生 50人
申込み	中央図書館まで。電話可。

図書館主催事業

おはなしサークル「かにかにこそこそ」

—大人対象—

日程	2月20日(水) 10:00～12:00
場所	中央図書館
内容	子どもたちに昔話などを語るために、お話を覚えて語る練習をしています。仲間募集中。聞くだけの人も歓迎します。

大人のための図書館講座

朗読会～名作を楽しむ～

—大人対象(中学生以上)— 定員60人

日程	3月3日(日) 14:00～15:30
場所	中央図書館
朗読	寺田道雄(アナウンサー、NHK日本語センター講師)
申込み	中央図書館まで。電話可。

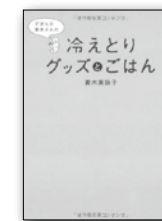
BOOK SELECTION

【図書館の本棚】 図書館のおすすめ本「寒さ対策」

一般書

ずぼらな青木さんの 冷えとりグッズとごはん

青木美詠子 著
メディアファクトリー 2009年2月発行 請求記号 493.14 ア



体の不調を防ぐために著者が長年行っている「冷えとり」。靴下の4枚重ね履き、半身浴などの冷えとり講座とグッズや暮らしかた、料理などを具体的に紹介。

一般書

こんなに使えるジンジャーシロップ - 朝昼晩しょうがレシピで冷えしらず -

嶋田葉子 著
家の光協会 2011年1月発行 請求記号 596 シマ



体を温める作用があるとされるしょうがで作るシロップ、スライス、ペースト。それらを使って作る、お茶やスープ、おやつやサラダ、ご飯などのレシピを50以上掲載。

一般書

いつもあったか♪ かぎ針編みのこもの

河出書房新社 2011年10月発行 請求記号 594 イツ



お出かけ用の帽子、ショール、ミトンや家の中で使えるひざ掛け、ルームシューズなど、さまざまな場面で使える小物20点の編み方を写真なども使いわかりやすく紹介。

児童書

寒さとくらし (図解こどもエコライフ)

鈴木信恵 著
宿谷昌則監修 ほんぶ出版 2012年4月発行 請求記号 498 ス



日本や世界各国の寒さから身を守るための工夫を体・衣服・住まいの仕組みから図解で解説。日本の雪国の合掌造りの建物や韓国の暖房「オンドル」なども紹介。

図書館だより

http://www.lib.miyoshi.saitama.jp

- 中央図書館 ☎258-6464
開館時間/10:00～19:00(土・日は18:00まで)
休館日/毎週月曜日、月末、土・日除く祝日
- 竹間沢分館 ☎274-1722
開館時間 11:00～18:00
休館日/毎週月曜日、月末、土・日除く祝日
- 地域文庫
児童書の貸出、お話をなどを行います
つくし文庫…2月16日(土) 10:00～12:00
場所/上富第1区集会所
あらた文庫…毎週火曜日15:30～18:00
場所/荒田宅(藤久保536-4 三芳東中学校近く)

無料

「子どもの読書環境サポート隊ほんのむし」主催
読み聞かせボランティア交流&勉強会
町立小学校5校で、読み聞かせボランティア活動が行われています。悩みを相談しながら、一緒に勉強しましょう。

- ▶日時…3月17日(日) 10:15～12:00(受付10:00)
- ▶場所…中央図書館 ▶対象…興味のある人どなたでも
- ▶テーマ…読み聞かせ名人になるには?
おすすめ本紹介・読み方・会のすすめ方
- ▶アドバイス…中央図書館副館長(司書) ▶定員…60人
- ▶申込み…FAX:中央図書館(水野)258-6488
メール:ほんのむし事務局 gkcs21@yahoo.co.jp ①氏名②住所
③電話 FAX ④あれば活動内容、所属名を明記してください。