

暮らしのカレンダー

December
12月

日	月	火	水
スタート 禁煙外来 上中病院	12月から禁煙外来を開設します。たばこをやめたいあなたを応援します。お気軽にご相談ください。禁煙治療には保険が使えます。	もの忘れ相談 毎週木曜日 地域福祉センター泉隣の「愛はーと」で開催 もの忘れ相談 14:00～15:00 愛はーと 最近、「もの忘れが気になる」、「眠れない」、「やる気が出ない」と心配されている方の相談をお受けします。 家族の方でも、お気軽にお立ち寄りください。	1 子育て相談 すくすく学級(ていそぐち) 10:00～12:00 三方保健センター
5	6 もっとこけない運動教室※ 13:45～15:15 上中庁舎	7 いきいき広場 9:00～11:00 気山保育所 " わかば保育園 あそびにきてね 9:30～11:30 梅の里保育園 心配ごと相談 9:00～12:00 泉	8 いきいき広場 9:00～11:00 のはな保育園
12	13 7か月児育児教室 9:30～9:45 パレア もっとこけない運動教室※ 13:45～15:15 上中庁舎	14 いきいき広場 9:00～11:00 みそみ保育所 " わかば保育園 10・12か月児育児教室 9:30～9:45 三方保健センター 心配ごと相談 9:00～12:00 パレア こころの相談室(精神・社会復帰) 13:30～15:00 三方保健センター 人権相談 9:00～12:00 パレア 行政相談 9:00～12:00 三宅公民館	15 すくすく学級(にこにサロン) 9:30～12:00 西田公民館
19	20 いきいき広場 9:00～11:00 三宅保育所 2か月スイートマザー教室 9:45～10:00 パレア もっとこけない運動教室※ 13:45～15:15 上中庁舎	21 いきいき広場 9:00～11:00 中央保育所 " わかば保育園 あそびにきてね 9:30～11:30 岬保育所 心配ごと相談 9:00～12:00 泉 行政相談 9:00～12:00 泉 バランスボール教室 10:00～11:00 中央公民館	22 親子体操 10:00～12:00 三方保健センター にこにこサロン 9:30～11:30 梅の里保育園 1歳6か月児健康診査 13:00～13:30 パレア
26	27 もっとこけない運動教室※ もっとこけないからだづくり運動教室 ストレッチから筋トレまでの運動教室です。1回200円で、どなたでも参加できます。	28 心配ごと相談 9:00～12:00 パレア	29

● 問い合わせ

- 子育て支援
子育て支援センター
わかば保育園内 TEL62-1420
三方保健センター内 TEL45-1563
梅の里保育園内 TEL46-1030
- 母子保健
健康課 TEL62-2721

- 健康診査・健康づくり
健康課 TEL62-2721
- 介護予防
福祉課 TEL62-2703
- 各種相談
社会福祉協議会 TEL62-2703
- 自主グループ活動

木

2

- 赤ちゃん広場
10:00~12:00 パレア
- 母の健診
13:00~14:30 パレア
- こころの相談室(精神・社会復帰)
13:30~15:00 パレア
- もの忘れ相談
14:00~15:00 愛はーと

9

- げんキッズ(子育てサークル)
10:00~12:00 パレア
- 2か月歯科健診・食の教室
9:00~9:15 三方保健センター
- もの忘れ相談
14:00~15:00 愛はーと
- バランスボール教室
13:30~14:30 歴史文化館

16

- すこやかサロン
10:00~12:00 パレア
- 4か月児健康診査
13:00~13:15 三方保健センター
- もの忘れ相談
14:00~15:00 愛はーと

23

30

金

3

- いきいき広場
9:00~11:00 とばっ子保育園
- にこにこ交流会
9:30~11:30 西田公民館
- 断酒グループ活動日
19:00~20:00 パレア
- もっとこけない運動教室※
10:00~11:30 中央公民館

10

- いきいき広場
9:00~11:00 明倫保育所
- にこにこ交流会
9:30~11:30 西田公民館
- 断酒グループ活動日
19:00~20:00 パレア
- もっとこけない運動教室※
10:00~11:30 中央公民館

17

- にこにこ交流会
9:30~11:30 梅の里保育園
- 断酒グループ活動日
19:00~20:00 パレア
- もっとこけない運動教室※
10:00~11:30 中央公民館

24

- にこにこ交流会
9:30~11:30 梅の里保育園
- 断酒グループ活動日
19:00~20:00 パレア
- もっとこけない運動教室※
10:00~11:30 中央公民館
- バランスボール教室
13:30~14:30 歴史文化館

31

土

4

11

18

25

赤ちゃん ~ Happy Birth ~ (10月届出)

おなまえ	性別	保護者	集落
嶋津友咲ちゃん	女	正二さん	(井崎)
畠中祐奈ちゃん	女	和彦さん	(能登野)
尾崎勝歩ちゃん	男	晃一さん	(杉山)
新田藍士ちゃん	男	哲也さん	(井崎)
田中稟菜ちゃん	女	隆さん	(神谷)
江戸心彩ちゃん	女	祐輔さん	(横渡)
的場永紗ちゃん	女	仁志さん	(脇袋)
竹内俐博ちゃん	男	尚文さん	(海士坂)
澤 心花ちゃん	女	啓史さん	(岩屋)
大塚仁音ちゃん	男	佳史さん	(能登野)
川合玲皇ちゃん	男	徹さん	(上瀬)
松宮一輝ちゃん	男	克也さん	(瓜生)
河村玲音ちゃん	男	慶彦さん	(世久見)
市川 舜ちゃん	男	竜次さん	(若王子)
赤尾多映ちゃん	女	和幸さん	(別庄)
池田光希ちゃん	女	茂樹さん(サン・コーポラス姓)	
渡邊太陽ちゃん	男	宗彦さん	(世久見)

ご結婚 ~ Happy Wedding ~

鈴木幸成さん	♡ 澤 香織さん	(岩屋)
小堀正広さん	♡ 宮下智子さん	(北前川)
奥本芳久さん	♡ 東 雅世さん	(玉置)
藤井祐太さん	♡ 中野早紀さん	(倉見)

ありがとう ~ thanks a lot ~

◇赤ちゃん基金

西崎 寛 様(若狭町)100,000 円

人の動き ~ population ~

(11月1日現在)

人 □ 16,482 人(前月-13)(前年-144)
(男 7,931 人 女 8,551 人)
世帯数 4,946 世帯(前月-1)(前年+21)

納付のお知らせ(12月期)

項目	期別	納期限
国民健康保険税(普通徴収)	第6期	30日(木)
後期高齢者医療保険料(普通徴収)	第6期	30日(木)
介護保険料(普通徴収)	第7期	30日(木)

暮らしのカレンダー

Christmas Sweets

梅のパンナコッタ

クリスマスにはこんな
スイーツをおさてなし♪



パンナコッタ…
イタリア語で、パンナ(生クリーム)を
コッタ(加熱した)もの。
プリンのように卵は使わず、牛乳と
生クリームを煮るのが特徴。

材料(4人分)

粉ゼラチン	5g
水(ゼラチン用)	大さじ1
牛乳	200cc
生クリーム	大さじ2
グラニュー糖	40g
梅のリキュール	少々
バニラエッセンス	少々

*お好みで
梅ゼリー
梅の甘露煮
ミントの葉

適量
適量
適量

作り方

1. 粉ゼラチンを分量の水で溶く。
2. 鍋に牛乳、グラニュー糖を入れて火にかけ、沸騰直前に火を止め1を入れて余熱で溶かす。
3. 2をボウルにこし、冷えた生クリームとリキュールを加える。
4. ボウルの底を氷水にあて、ゆっくりとろみがつくまで混ぜる。
5. グラスに流し入れ冷やし固める。
6. 好みで梅ゼリー、梅の甘露煮、ミントの葉などを飾りつける。

お問い合わせ
観光交流課
45-9111