

# ～10月の遊びの広場～

## 子育て支援センター「スキップ」

☎ 72-1280

### ひよこグループ

日時 10月11日(火) 10:30～  
内容 親子遊び  
対象 6カ月から1歳5カ月の乳幼児と保護者  
定員 10組 (要予約)

### 移動子育てサロン

日時 10月12日(水) 10:00～  
場所 農村環境改善センター  
対象 角田地区在住の就学前の乳幼児と保護者

### かんがるーグループ

日時 10月18日(火) 11:00～  
内容 ベビーマッサージ、手作りおもちゃ作り  
対象 3～5カ月の乳児と保護者  
持ち物 バスタオル

### 休日開放

日時 10月23日(日) 10:00～  
対象 就学前の乳幼児と保護者  
定員 7組 (要予約)

### パクモグ相談

日時 10月21日(金) 11:00～  
内容 保健師のミニ講話、個別相談  
対象 町内在住の子育て中の保護者  
申込み 10月14日(木)まで (要予約)

### こあらグループ

日時 10月25日(火) 10:30～  
内容 ハロウィーン製作  
対象 1歳6カ月から未就園の幼児と保護者  
定員 10組 (要予約)

## マロンキッズ保育園

☎ 76-7258

### マロン広場

日時 10月7日(金) 10:00～  
内容 サーキット遊び、お庭遊び  
対象 0歳から3歳までの乳幼児と保護者

## 栗山めぐみこども園

☎ 72-4914

### さくらんぼ広場

日時 10月17日(月) 10:00～  
内容 リトミック  
対象 就学前の乳幼児と保護者  
申込み 10月12日(水)まで (要予約)

日時 10月24日(月) 10:00～  
内容 運動教室  
対象 就学前の乳幼児と保護者  
申込み 10月19日(水)まで (要予約)

## 栗山いちい認定こども園

☎ 72-1572

### 園開放

日時 10月5日、12日、19日(水)  
10:00～  
申込み 前日までに要予約

### のびのび広場

日時 10月28日(金) 10:00～  
内容 自然物を使った製作  
対象 0歳から就学前の乳幼児と保護者  
申込み 10月21日(金)まで  
定員 5組程度 (要予約)  
参加費 1食240円 (親子で480円)  
※参加の際は検温、マスクの着用をお願いします。

## 継立まつば保育園

☎ 75-2032

### 園開放

日時 10月3日、17日、24日、  
10:00～  
申込み 1日3組 (要予約)

### わくわく広場

日時 10月6日(金) 9:45～  
内容 お散歩 (雨天時ホール遊び)  
対象 0歳から就学前の乳幼児と保護者  
申込み 10月4日(火)まで

※新型コロナウイルス感染症の状況により、事業を中止する場合がありますので、各施設にご確認ください。  
参加の際は検温を行い、体調の確認をお願いします。

今月のいただきます



野菜を無駄なく使おう！  
**カレー風味おからきんぴら**

【材料 (2人分)】 カロリー :150kcal (1人分)

おから... 40g  
大根の皮... 30g (1/4本分)  
にんじんの皮... 30g (1/4本分)  
ブロッコリーの茎... 50g (1株分)  
ごぼう... 1/2本  
しょうゆ... 小さじ3  
砂糖... 小さじ1  
カレー粉... 小さじ1  
ごま油... 小さじ2

### <作り方>

- ①おからはほぐしておく。
- ②大根の皮とにんじんの皮は繊維にそって千切りにする。
- ③ブロッコリーの茎は皮をむき、繊維に沿って千切りにする。
- ④ごぼうは斜め輪切りにして千切りにする。
- ⑤フライパンにごま油を熱し、大根の皮とにんじんの皮、ごぼうをしんなりするまで炒める。
- ⑥ブロッコリーの茎、砂糖、しょうゆを加え炒める。
- ⑦最後におからとカレー粉を振り入れて、さっと炒めてできあがり。

## 減らそう！食品ロス

～10月は食品ロス削減月間です～

### 【ブロッコリーの茎の栄養】

ブロッコリーの茎には、ビタミンCや食物繊維が豊富に含まれています。また多くのポリフェノールが含まれていますので動脈硬化の予防や若返りにも効果があります。捨てずに調理して上手に栄養を摂りましょう。



町管理栄養士 上西 洵子

# くらしのカレンダー

1 (土)

●図書館映画会「コンスタンティン」/① 10:15～② 14:00～  
●開拓記念館特別展「栗山の印」(11/20まで) /町広報 30頁参照

2 (日)	3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	7 (金)	8 (土)
●青空図書館 / 11:00～	●園開放 / 10:00～ ケアラー相談 あんしん相談 南空知消費生活相談		●園開放 / 10:00～ ●くりくり広場 / 10:30～ ●クリーン大作戦 / 15:00～ ケアラー相談 リサイクル・農村ごみ	●わくわく広場 / 9:45～ ●避難訓練 / 16:00～ 子ども発達サポートセンター「一般開放」 木曜お話し会 南空知消費生活相談	●マロン広場 / 10:00～ ●手打ちそばの日 / 11:00～ ●パッチワーク教室十人十色展 / 町広報 31頁参照 南部地区あんしん相談 ケアラー相談	●おはなしおもちゃばこ / 11:00～ ●映画上映会 / 町広報 32頁参照
9 (日)	10 (祝)	11 (火)	12 (水)	13 (木)	14 (金)	15 (土)
●ハサンベツ里山作業日 / 町広報 32頁参照 ●栗山消費者協会「フリーマーケット」 / 町広報 35頁参照	●園開放 / 10:00～ ●わくわく広場「映画上映会」 / 町広報 35頁参照	●ひよこグループ遊びの広場 / 10:30～ ●運転免許更新講習 / 栗山自動車学校 / (初回) 14:00～	●移動子育てサロン / 10:00～ ●園開放 / 10:00～ ケアラー相談 南空知消費生活相談 リサイクル・農村ごみ	●運転免許更新講習 / (違反) 14:00～ ●竹馬検定 / 14:30～ 子ども発達サポートセンター「一般開放」 木曜お話し会 南空知消費生活相談	●手打ちそばの日 / 11:00～ ケアラー相談	
16 (日)	17 (月)	18 (火)	19 (水)	20 (木)	21 (金)	22 (土)
	●おもちゃクリニック / 10:00～ ●園開放 / 10:00～ ●さくらんぼ広場 / 10:00～ ●こま検定 / 14:30～ ケアラー相談 あんしん相談 南空知消費生活相談	●かんがるグループ遊びの広場 / 11:00～ ●一輪車検定 / 14:30～	●園開放 / 10:00～ ●くりくり広場 / 10:30～ ●オレンジカフェ / 町広報 29頁参照 ケアラー相談 町営バス無料の日 リサイクル・農村ごみ	●育児サークルまめっこ / 10:30～ ●運転免許更新講習 / (優良) 14:00～(一般) 15:00～ / ●わくわく広場「映画上映会」 / 町広報 35ページ参照 子ども発達サポートセンター「一般開放」 木曜お話し会 南空知消費生活相談	●ごみ処理施設見学会 / 町広報 25頁参照 ●手打ちそばの日 / 11:00～ ●パクモグ相談 / 11:00～ ●無料法律相談 / 町広報 27頁参照 南部地区あんしん相談 ケアラー相談	●図書館文化講演会 / 町広報 32頁参照
23 (日)	24 (月)	25 (火)	26 (水)	27 (木)	28 (金)	29 (土)
●休日開放 / 10:00～ ●秋の全町一斉清掃 / 町広報 25頁参照 ●特設行政相談 / 町広報 35頁参照	●園開放 / 10:00～ ●運動教室 / 10:00～ ●けん玉検定 / 14:30～ ケアラー相談 あんしん相談 健康相談 南空知消費生活相談	●こあらグループ遊びの広場 / 10:30～	●園開放 / 10:00～ ●くりくり広場 / 10:30～ ●オレンジカフェ / 町広報 29頁参照 ケアラー相談 南空知消費生活相談 リサイクル・農村ごみ	●ハッピーハロウィンライブラリー / 町広報 32頁参照 子ども発達サポートセンター「一般開放」 木曜お話し会 南空知消費生活相談	●のびのび広場 / 10:00～ ●手打ちそばの日 / 11:00～ ケアラー相談	
30 (日)	31 (月)					
	●なわとび検定 / 14:30～ ケアラー相談 あんしん相談 南空知消費生活相談					



☒ = 総合福祉センター「しゃるる」  
カ = カルチャープラザ「EKI」  
役 = 役場  
角 = 農村環境改善センター  
南 = 南部公民館  
図 = 図書館  
マ = 栗夢プラザ  
勤 = 勤労者福祉センター  
ス = スポーツセンター

雨 = 雨窪別小学校 コカ・コー環境ハウス  
子 = 子育て支援センター  
児 = 児童センター  
い = いちい認定こども園  
ま = まつば保育園  
め = めぐみこども園  
マ = マロンキッズ保育園  
交 = いきいき交流プラザ  
ク = クリエイターズマーケット

ケアラー相談  
【毎週月・水・金曜日】  
いきいき交流プラザ 9:00～

あんしん相談  
【毎週月曜日】  
いきいき交流プラザ 9:30～

南部地区あんしん相談  
【第1・3金曜日】  
つぎたて遊歩道の駅 13:30～

子ども発達サポートセンター「一般開放」  
【毎週木曜日】  
総合福祉センター「しゃるる」2階 9:00～

木曜お話し会  
【毎週木曜日】  
図書館 11:00～

南空知消費生活相談  
【毎週月・木曜日】  
【毎月第2・4水曜日】  
勤労者福祉センター 13:00～

健康相談  
【第2・4月曜日】  
総合福祉センター「しゃるる」13:00～  
※事前予約が必要です。