

～11月の遊びの広場～

子育て支援センター「スキップ」

☎ 72-1280

子育て講座

日時 11月7日(火) 11:00～
内容 絵本を楽しもう
対象 未就園児と保護者
申込み 11月6日(月)まで

角田移動子育てサロン

日時 11月8日(水) 10:00～
場所 改善センター
内容 親子遊び、ママカフェ
対象 乳幼児と保護者

ひよこグループ

日時 11月14日(火) 10:30～
内容 フォトアルバムづくり
対象 6カ月～1歳5カ月の乳幼児と保護者
持ち物 お子さんの写真数枚
申込み 11月10日(金)まで

スキップ相談日

日時 11月15日(水) 10:00～
内容 保健師・管理栄養士による個別相談、計測
対象 未就園児と保護者
持ち物 母子健康手帳、バスタオル

かんがるグループ

日時 11月21日(火) 11:00～
内容 ベビーマッサージ、手作りおもちゃづくり、ママカフェ
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 11月26日(日) 10:00～
対象 乳幼児と保護者
申込み 11月24日(金)まで

こあらグループ

日時 11月28日(火) 10:30～
内容 感触あそび
対象 1歳6カ月～未就園児と保護者
持ち物 汚れても良い服装、着替え
申込み 11月24日(金)まで

栗山めぐみこども園

☎ 72-4914

さくらんぼ広場

日時 11月27日(月) 11:00～
内容 楽器をつくって演奏しよう
対象 未就園児と保護者
申込み 11月22日(水)まで

マロンキッズ保育園

☎ 76-7258

マロン広場

日時 11月10日(金) 10:00～
内容 図書館のお姉さんのおはなし会
対象 3歳までの乳幼児と保護者

栗山いちい認定こども園

☎ 72-1572

園開放

日時 11月15日、22日、29日(水)
10:00～
申込み 前日までに要予約

のびのび広場

日時 11月24日(金) 10:00～
内容 クリスマス製作
対象 0歳から就学前の乳幼児と保護者
申込み 11月17日(金)まで
定員 5組程度
参加費 1食240円(親子で480円)

継立まつば保育園

☎ 75-2032

園開放

日時 11月13日、20日、27日(月)
10:00～

わくわく広場

日時 11月21日(火) 9:45～
内容 体験入園、ホール遊び
申込み 11月14日(火)まで
定員 3組

みんなで遊みましょう!



今月のいただきます

さつまいもと鶏もも肉のグラタン



【さつまいもの栄養】

さつまいもは、腸内環境を整え、食後の血糖上昇を緩やかにする「食物繊維」を多く含みます。お腹もちもよいので食事以外の間食などでも積極的に摂り入れましょう。



町管理栄養士 上西 洵子

【材料 (2人分)】

カロリー：385kcal (1人分)

さつまいも	...	100g
鶏もも肉	...	150g
しめじ	...	1/4株
玉ねぎ	...	1/4玉
薄力粉	...	大さじ2
バター	...	大さじ1
コンソメ	...	小さじ1/2
牛乳	...	200ml
オリーブオイル	...	適量
ピザ用チーズ	...	適量
塩こしょう	...	少々
パセリ	...	適量

【作り方】

- ①鶏もも肉は余分な脂身を取り、一口大に切って塩こしょうをふる。
- ②さつまいもは1cmの厚さのいちょう切りにし、耐熱皿に並べてふんわりラップをし、600wの電子レンジで1分程加熱する。
- ③しめじは石づきを落としてほぐし、玉ねぎはスライス切りにする。
- ④フライパンにオリーブオイルを入れて中火にかけ、①を炒める。両面に焼き色がついたら、さつまいも、しめじ、玉ねぎを加えてさらに炒める。
- ⑤小鍋に薄力粉、バター、コンソメを入れて一気に牛乳を流し込む。
- ⑥弱火にかけ、泡立て器で手早く混ぜる。2分程してとろみがついてきたら火を止め、④と混ぜ合わせる。
- ⑦耐熱容器に薄くバター(分量外)を塗り、⑥を盛り、ピザ用チーズを散らす。オーブントースターで焼き色がつくまで5～6分ほど焼き、パセリを散らしてできあがり。

くらしのカレンダー

5 (日)	6 (月)	7 (火)	8 (水)	9 (木)	10 (金)	11 (土)
●杉谷拳士特別講演会「前進の心得」 / ㊦ / 14:00 ~	★百人一首 (1年生対象) / ㊦ / 14:30 ~	★子育て講座 / 子 / 11:00 ~	★移動子育てサロン / ㊦ / 10:00 ~	●運転免許更新時講習 / ㊦ / (初回・違反) 14:00 ~	★マロン広場 / ㊦ / 10:00 ~ ●手打ちそばの日 / ㊦ / 11:00 ~	●おはなしおもちゃばこ / ㊦ / 11:00 ~
	ケアラー相談 あんしん相談 南空知消費生活相談		ケアラー相談 南空知消費生活相談 リサイクル・農村ごみ	子ども発達サポートセンター「一般開放」 木曜お話会 南空知消費生活相談	ケアラー相談	
12 (日)	13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)	18 (土)
●ハサンベツ里山作業日 / 23㊦参照	★園開放 / ㊦ / 10:00 ~ ★百人一首 (1年生対象) / ㊦ / 14:30 ~	★ひよこグループ遊びの広場 / 子 / 10:30 ~ ★こま体験 / ㊦ / 14:30 ~ ●行政相談 / 21㊦参照	★スキップ相談 / 子 / 10:00 ~ ★園開放 / ㊦ / 10:00 ~ ●オレンジカフェ / 19㊦参照	★育児サークルまめっこ / 子 / 10:30 ~ ●運転免許更新時講習 / ㊦ / (優良) 14:00 ~ (一般) 15:00 ~	●手打ちそばの日 / ㊦ / 11:00 ~ ●無料法律相談 / 19㊦参照	
	健康相談 ケアラー相談 あんしん相談 南空知消費生活相談		ケアラー相談 町営バス無料の日 リサイクル・農村ごみ	子ども発達サポートセンター「一般開放」 木曜お話会 南空知消費生活相談	ケアラー相談 南部地区あんしん相談	
19 (日)	20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (祝)	24 (金)	25 (土)
	★園開放 / ㊦ / 10:00 ~ ★おもちゃクリニック / 子 / 10:00 ~ ★けん玉体験 / ㊦ / 14:30 ~	★わくわく広場 / ㊦ / 9:45 ~ ★かんがるーグループ遊びの広場 / 子 / 11:00 ~ ★竹馬体験 / ㊦ / 14:30 ~	★園開放 / ㊦ / 10:00 ~ ★くりくり広場 / ㊦ / 10:30 ~ ★百人一首 / ㊦ / 14:30 ~ ●集団健診 / ㊦ / 7:30 ~		★のびのび広場 / ㊦ / 10:00 ~ ●手打ちそばの日 / ㊦ / 11:00 ~ ●集団健診/札幌がん検診センター※7:50役場集合	
	ケアラー相談 あんしん相談 南空知消費生活相談		ケアラー相談 南空知消費生活相談 リサイクル・農村ごみ		ケアラー相談	
26 (日)	27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)		
★休日開放 / 子 / 10:00 ~	★園開放 / ㊦ / 10:00 ~ ★さくらんぼ広場 / ㊦ / 11:00 ~	★こあらグループ遊びの広場 / 子 / 10:30 ~ ★なわとび体験 / ㊦ / 14:30 ~	★園開放 / ㊦ / 10:00 ~ ★百人一首 / ㊦ / 14:30 ~	★一輪車体験 / ㊦ / 14:30 ~		
	健康相談 ケアラー相談 あんしん相談 南空知消費生活相談		ケアラー相談 リサイクル・農村ごみ	子ども発達サポートセンター「一般開放」 木曜お話会 南空知消費生活相談		

㊦ = 総合福祉センター「しゃるる」
㊦ = 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
㊦ = 図書館
㊦ = 栗夢プラザ
㊦ = スポーツセンター
車 = 栗山自動車学校

雨 = 雨澤別小学校コカ・コー環境ハウス
子 = 子育て支援センター
㊦ = 児童センター
㊦ = いちい認定こども園
㊦ = まつば保育園
㊦ = めぐみこども園
㊦ = マロンキッズ保育園
㊦ = いきいき交流プラザ
㊦ = 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】
遊歩道の駅つぎたて 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。