

～ 7月の遊びの広場～

子育て支援センター「スキップ」 ☎ 72-1280

継立まつば保育園

☎ 75-2032

ひよこグループ

日時 7月9日(火) 10:30～
内容 水遊び
(雨天時：親子遊び)
対象 6カ月～1歳5カ月の乳幼児と保護者
持ち物 水着または水遊び用紙おむつ、タオル、バスタオル
申込み 7月5日(金)まで

移動子育てサロン

日時 7月10日(水) 10:00～
場所 改善センター(角田)
内容 親子遊び、ママカフェ
対象 乳幼児と保護者

こあらグループ

日時 7月16日(火) 10:30～
内容 水遊び
(雨天時：親子遊び)
対象 1歳6カ月～未就園児と保護者
持ち物 水着または水遊び用紙おむつ、タオル、バスタオル
申込み 7月12日(金)まで

かんがるーグループ

日時 7月23日(火) 11:00～
内容 ベビーマッサージ、手作りおもちゃ、ママカフェ
対象 3～5カ月の乳児と保護者

スキップ相談日

日時 7月24日(水) 10:00～
内容 保健師・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

休日開放

日時 7月28日(日) 10:00～
対象 乳幼児と保護者

子育て講座

日時 7月30日(火) 10:30～
内容 水遊び
(雨天時：親子遊び)
対象 乳幼児と保護者
持ち物 水着または水遊び用紙おむつ、タオル、バスタオル

みんなで遊びましょう!



栗山めぐみこども園

☎ 72-4914

さくらんぼ広場

日時 7月8日(月) 11:00～
内容 園庭遊び
日時 7月22日(月) 11:00～
内容 夏の制作
申込み 7月17日(水)まで

園開放

日時 7月1日、8日、29日(月)
10:00～

わくわく広場

日時 7月18日(木) 10:00～
内容 しゃぼん玉遊び
申込み 7月17日(水)まで

栗山いちい認定こども園

☎ 72-1572

園開放

日時 7月3日、10日、17日、24日、31日(水) 10:00～
対象 就学前の乳幼児と保護者
申込み 前日までに要予約

のびのび広場

日時 7月19日(金) 10:00～
内容 水遊び(雨天：制作)
対象 就学前の乳幼児と保護者
申込み 7月12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)

マロンキッズ保育園

☎ 76-7258

マロン広場

日時 7月5日(金) 10:00～
内容 水遊び(泡あそび、魚釣り遊び)
対象 0～3歳までの乳幼児と保護者

今月のいただきます

炒り卵ときゅうりのごま和え



【きゅうりの栄養】

きゅうりの皮には、カルシウム等のミネラルやビタミンCが多く含まれており、暑さで食欲がないときの栄養補給には最適な食材です。



町管理栄養士 上西 洵子

【材料(2人分)】カロリー:188kcal(1人分)

卵・・・2個 塩・・・小さじ1/2
にんじん・・・1/8本 白いりごま・・・大さじ1/2
きゅうり・・・1本 ごま油・・・大さじ1
鶏ささみ肉・・・1本

<作り方>

- ①耐熱ボウルに卵を溶きほぐし、酒大さじ1、塩少々を加えて混ぜる。
- ②にんじんは千切りにし、耐熱皿に入れてラップをし600wの電子レンジで2分加熱する。
- ③①に②を入れてラップをかけずに電子レンジで約40秒加熱し、菜箸でほぐしながら粗熱をとる。
- ④鶏ささみは耐熱容器に入れ、フォーク等で数箇所穴をあけ全体に酒をふる。軽くラップをし600wの電子レンジで3分加熱し、粗熱がとれたら食べやすい大きさにさく。
- ⑤きゅうりはめん棒でたたいて食べやすい大きさに割る。
- ⑥③④⑤をすべて混ぜ合わせ、塩、白いりごま、ごま油を加えてさっくり混ぜてできあがり。

2024
7
July

くらしのカレンダー



1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)	6 (土)
●園開放 / 10:00~ ●カレーの日 / 11:00~ ケアラー相談 南空知消費生活相談	●集団健診 / 7:30~ ●カレーの日 / 11:00~ スマホ相談1	●集団健診 / 7:30~ ●園開放 / 10:00~ スマホ相談1 ケアラー相談	スマホ相談1 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~ ケアラー相談	●親子川遊び / 10:00~ ●映画会「信さん炭坑町のセレナーデ」 / ① 10:15~ ② 14:00~
7 (日)	8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)
●園開放 / 10:00~ ●さくらんぼ広場 / 11:00~ ●カレーの日 / 11:00~ 健康相談 ケアラー相談 南空知消費生活相談	●ひよこグループ遊びの広場 / 10:30~ ●カレーの日 / 11:00~ スマホ相談1	●移動子育てサロン / 10:00~ ●園開放 / 10:00~ ●こま検定 / 14:30~ スマホ相談1 南空知消費生活相談 ケアラー相談 リサイクル・農村ごみ	●運転免許更新時講習 / ① (優良) 14:00~ ② (一般) 15:00~ スマホ相談1 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~ ●けん玉検定 / 14:30~ ケアラー相談	●おはなしおもちゃばこ / 11:00~ ●ホテル鑑賞会 / 広報29参照 ●インドのシターとタブラ歌生演奏会 / 広報29参照
14 (日)	15 (祝)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)
●ハサンベツ里山作業日 / 広報28参照	●カレーの日 / 11:00~	●こあらグループ遊びの広場 / 10:30~ ●カレーの日 / 11:00~ ●縄跳び検定 / 14:30~ スマホ相談2	●園開放 / 10:00~ ●竹馬検定 / 14:30~ ●オレンジカフェ / 広報26参照 スマホ相談2 町営バス無料の日 ケアラー相談 リサイクル・農村ごみ	●わくわく広場 / 10:00~ ●育児サークルまめっこ / 10:30~ ●運転免許更新時講習 / ① (初回・違反) 14:00~ スマホ相談2 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~ ●無料法律相談 / 広報26参照 ケアラー相談
21 (日)	22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)
●カレーの日 / 11:00~ ●さくらんぼ広場 / 11:00~ ●一輪車検定 / 14:30~ 健康相談 ケアラー相談 南空知消費生活相談	●かんばんグループ遊びの広場 / 11:00~ ●カレーの日 / 11:00~ スマホ相談2	●スキップ相談日 / 10:00~ ●園開放 / 10:00~ ●くりくり広場 / 10:30~ スマホ相談2 南空知消費生活相談 ケアラー相談 リサイクル・農村ごみ		●手打ちそばの日 / 11:00~ ●世界のカブクワ展 / 広報29参照 スマホ相談2 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	ケアラー相談
28 (日)	29 (月)	30 (火)	31 (水)		
●休日開放 / 10:00~	●園開放 / 10:00~ ●カレーの日 / 11:00~ ●栗山・継立地区少男女水泳教室 / 広報28参照 ケアラー相談 南空知消費生活相談	●集団健診(札幌がん検診センター) / 7:50~ ●子育て講座 / 10:30~ ●カレーの日 / 11:00~ ●陶芸体験 / 広報28参照 スマホ相談1	●園開放 / 10:00~ ●栗山・継立地区少男女水泳教室 / 広報28参照 スマホ相談1 ケアラー相談 リサイクル・農村ごみ		

☒ = 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
㊦ = 栗夢プラザ
ス = スポーツセンター
車 = 栗山自動車学校

☒ = 雨窪小学校コカ・コア環境ハウス
子 = 子育て支援センター
児 = 児童センター
☒ = いちい認定こども園
☒ = 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

スマホ相談1
【火・水・木曜日】
いきいき交流プラザ 9:00~
スマホ相談2
【火・水・木曜日】
図書館 10:00~

ケアラー相談
【毎週月・水・金曜日】
いきいき交流プラザ 9:00~
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~
※上記以外の日はブランド推進課まで(土日祝除く)
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。