～５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　5月13日㈫　10：30～
内　容　親子製作・ママカフェ
対　象　町内在住の６カ月～
　　1歳５カ月の乳幼児と保護者
申込み　５月９日㈮まで

移動子育てサロン
日　時　5月14日㈬　10：00～
場　所　児童センター
内　容　親子遊び、ママカフェ
対　象　就学前の乳幼児と保護者

かんがるーグループ
日　時　5月20日㈫　11：00～
内　容　ふれあい遊び、おもちゃ作り、ママカフェ
対　象　町内在住の３～５カ月の乳児と保護者
持ち物　バスタオル

スキップ相談日
日　時　5月22日㈭　10：00～
内　容　保健師・栄養士による個別相談・計測
対　象　町内在住の就学前の乳幼児と保護者
持ち物　母子健康手帳、バスタオル

休日開放
日　時　5月25日㈰　10：00～
対　象　就学前の乳幼児と保護者

こあらグループ
日　時　5月27日㈫　10：30～
内　容　親子遊び
対　象　町内在住の１歳６カ月～未就園の幼児と保護者
申込み　５月23日㈮まで

子育て講座
日　時　5月29日㈭　11：00～
内　容　おはなし会
講　師　図書館司書
対　象　就学前の乳幼児と保護者

マロンキッズ保育園
☎ 76-7258

マロン広場
日　時　5月9日㈮　10：00～
内　容　ホール遊び、お庭遊び
対　象　0～3歳までの乳幼児と保護者

継立まつば保育園
☎ 75-2032

わくわく広場
日　時　5月23日㈮ 9：30～
内　容　お散歩
申込み　前日までに要予約

園開放
日　時　5月12、19、26日㈪
　　10：00～

栗山いちい認定こども園
☎ 72-1572

園開放
日　時　5月7、14、21、28日㈬
　　10：00～
対　象　0歳から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　5月16日㈮　10：00～
内　容　テラスで砂遊び
対　象　0歳から就学前の乳幼児と保護者
申込み　５月９日㈮まで
定　員　５組程度（要予約）
参加費　1食260円（親子で520円）

【材料（4人分）】
カロリー：230kcal（1人分）
食塩相当量：1.9g

【材料（4人分）】
アスパラガス　・・・8本
鶏ささみ　・・・5本
パプリカ　・・・1個
しょうが　・・・1かけ
片栗粉　・・・大さじ5
ごま油　・・・大さじ2強

A
- 粗挽きコショウ　・・・適量
- 酒　・・・大さじ2
- 塩こしょう　・・・少々

B
- オイスターソース　・・・大さじ2
- みりん　・・・大さじ1
- しょうゆ　・・・大さじ1
- 水　・・・大さじ2

＜作り方＞
①ささみは筋を取り、斜め2cmに切り、Aで味つける。
②アスパラは、根元の部分をピーラーで剥き、４～５ｃｍ幅の斜め切りにする。パプリカは、一口大の乱切りにし、しょうがは皮をむき、千切りにする。
③ささみに片栗粉をまぶす。フライパンにごま油大さじ１強を入れて中火で熱し、両面に焼き色がつくまで焼いて取り出す。
④同じフライパンにごま油大さじ１強を入れて千切りにしたしょうがを弱火で熱し、しょうがに火が通ってきたら、アスパラ・パプリカを入れて中火にし、炒め合わせる。
⑤全体に油が回ったら弱火にし、ふたをして１分ほど蒸し焼きにする。
⑥ふたを取り、ささみを戻し入れてさっと炒める。
⑦Ｂを合わせて回し入れ、さっとからめて盛りつけ、できあがり。

【アスパラの栄養】
アスパラは栄養が豊富な旬に食べましょう。保存する際は、水を入れたコップやペットボトルに根元をつけるなどして根元の切り口を乾燥させないように注意しましょう。

町管理栄養士
上西 洵子

2025
5 May
くらしのカレンダー

			1 (木)	2 (金)	3 (祝)	
			●展示会「だいぼうけん！こども本の島」(～18日まで)／図 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	●手打ちそばの日／プラ／11：00～ 南空知消費生活相談 ケアラー相談		
4 (祝)	5 (祝)	6 (祝)	7 (水)	8 (木)	9 (金)	10 (土)
	●図書館「こどもの日特別開館」／折込チラシ（図書館だより「ヤム・ニ・ウシ」参照		☀園開放／い／10：00～ ☀クリーン大作戦／児／15：00～ 南空知消費生活相談 スマホ相談 ケアラー相談 リサイクル・農村ごみ	●運転免許証更新時講習／車／（初回・違反）／14：00～ 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	☀マロン広場／ま／10：00～ ●手打ちそばの日／プラ／11：00～ ケアラー相談 南空知消費生活相談	
11 (日)	12 (月)	13 (火)	14 (水)	15 (木)	16 (金)	17 (土)
●ハサンベツ里山作業日／広報20ページ参照	☀園開放／ま／10：00～ ●カレーの日／プラ／11：30～ ☀けん玉検定／児／15：30～ 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／子／10：30～ ●カレーの日／プラ／11：30～ ☀こま検定／児／15：30～ 南空知消費生活相談	☀園開放／い／10：00～ ☀移動子育てサロン／児／10：00～ 南空知消費生活相談 スマホ相談 ケアラー相談 リサイクル・農村ごみ	●運転免許更新時講習／カル／（優良）14：00～（一般）15：00～ ●ごみ処理施設見学会／広報5ページ参照 子ども発達サポートセンター「一般開放」 木曜お話会 南空知消費生活相談	☀のびのび広場／い／10：00～ ●手打ちそばの日／プラ／11：00～ ●無料法律相談／広報17ページ参照 南空知消費生活相談 ケアラー相談	●おはなしおもちゃばこ／図／11：00～
18 (日)	19 (月)	20 (火)	21 (水)	22 (木)	23 (金)	24 (土)
●第53回くりやま歩けあるけ運動／広報20ページ参照 ●ふる里山くり山の米作り／広報21ページ参照	☀園開放／ま／10：00～ ☀おもちゃクリニック／子／10：00～ ●カレーの日／プラ／11：30～ ☀竹馬検定／児／15：30～ ケアラー相談 南空知消費生活相談	☀かんがるーグループ遊びの広場／子／11：00～ ●カレーの日／プラ／11：30～ ☀縄跳び検定／児／15：30～ 南空知消費生活相談	☀園開放／い／10：00～ ●オレンジカフェ／広報16ページ参照 町営バス無料の日 南空知消費生活相談 スマホ相談 ケアラー相談 リサイクル・農村ごみ	☀スキップ相談日／子／10：00～ 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	☀わくわく広場／ま／9：30～ ●手打ちそばの日／プラ／11：00～ 南空知消費生活相談 ケアラー相談	
25 (日)	26 (月)	27 (火)	28 (水)	29 (木)	30 (金)	31 (土)
☀休日開放／子／10：00～ ●花いっぱい運動／広報16ページ参照	☀園開放／ま／10：00～ ●カレーの日／プラ／11：30～ ☀一輪車検定／児／15：30～ 健康相談 ケアラー相談 南空知消費生活相談	☀こあらグループ遊びの広場／子／10：30～ ●カレーの日／プラ／11：30～ 南空知消費生活相談	☀園開放／い／10：00～ 南空知消費生活相談 スマホ相談 ケアラー相談 リサイクル・農村ごみ	☀子育て講座／子／11：00～ 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	●手打ちそばの日／プラ／11：00～ ●無料法律相談／広報17ページ参照 南空知消費生活相談 ケアラー相談	●映画会「陽光桜」／図 ①10：15～ ②14：00～ ●開拓記念館特別展／広報21ページ参照

しゃ＝総合福祉センター「しゃるる」
カル＝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
プラ＝栗夢プラザ
ス＝スポーツセンター
車＝栗山自動車学校
雨＝雨煙別小学校コカ・コーラ環境ハウス
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

スマホ相談
【水曜日】
いきいき交流プラザ　9：00～

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～

木曜お話会
【毎週木曜日】
図書館　11：00～

南空知消費生活相談
【月～金曜日】
商工観光課　8：30～
（祝日除く）

健康相談
【第2・4月曜日】
総合福祉センター「しゃるる」13：00～