

～2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 2月 10 日(火) 10:30～
内 容 親子遊び
対 象 町内在住の6ヶ月～1歳5ヶ月の乳幼児と保護者
申込み 2月 6日(金)まで

かんがるーぐるー

日 時 2月 17 日(火) 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ヶ月の乳児と保護者
持ち物 バスタオル

パクモグ相談&子育て講座

日 時 2月 20 日(金) 10:15～
内 容 エアロビクス、試食
講 師 永田 真琴さん(ファインエイジング)
対 象 町内在住の就学前の乳幼児と保護者(託児あり)
定 員 12組
持ち物 動きやすい服装、タオル、箸、飲み物
申込み 2月 17 日(火)まで

休日開放

日 時 2月 22 日(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 2月 24 日(火) 10:30～
内 容 ひなまつり製作、サーキット遊び
持ち物 動きやすい服装
対 象 町内在住の1歳6ヶ月～就学前の未就園児と保護者
申込み 2月 20 日(金)まで

ベビーの日

日 時 2月 25 日(水) 10:00～
内 容 助産師による個別相談、計測など
対 象 町内在住の12ヶ月までの乳児と保護者
持ち物 母子健康手帳、バスタオル

※ 9日(月)・20日(金)・25日(水)の午前の子育てサロンは休館です。

栗山めぐみこども園 ☎ 72-4914

さくらんぼ広場

日 時 2月 2 日(月) 11:00～
内 容 雪遊びをしよう！
対 象 事前予約されている方

日 時 2月 16 日(月) 11:00～
内 容 ひなまつり製作をしよう！
申込み 2月 12 日(木)まで

継立まつば保育園 ☎ 75-2032

園開放

日 時 2月 2、9、16 日(月) 10:00～
内 容 雪遊び
申込み 前日までに要予約

栗山いちい認定こども園 ☎ 72-1572

園開放

日 時 2月 4、18、25 日(水) 10:00～
内 容 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 2月 13 日(金) 10:00～
内 容 雪遊び
対 象 就学前の乳幼児と保護者
申込み 2月 6 日(金)まで
定 員 5組程度(要予約)
参加費 1食260円(親子で520円)

マロンキッズ保育園 ☎ 76-7258

マロン広場

日 時 2月 6 日(金) 10:00～
内 容 素材遊び(スズランテープ、ポリ袋など)
対 象 3歳までの乳幼児と保護者

今月のいだきます
ミルク豚汁



カロリー：235kcal (1人分)
食塩相当量：2.5g

【材料：4人分】

豚バラ肉…60g
豚もも肉…60g
長ねぎ…1/2本
じゃがいも…2個
ごぼう…30g
にんじん…1/4本
大根…1/8本
こんにゃく…100g

しょうが…10g
(みじん切り)

だし汁…2カップ

味噌…大さじ4

牛乳…2カップ

七味唐辛子…適量

＜作り方＞

- 肉は一口大、野菜はお好みの大きさに切る。こんにゃくは一口大にちぎって下茹でしておく。
- 鍋に小さじ1の油(分量外)を入れ、しょうがと長ねぎをさっと炒め、香りを出す。
- 香りが出てきたら、肉を加える。肉の色が変わるまで炒めた後、野菜とこんにゃくを入れ、2分ほど炒める。
- ③にだし汁を加え、野菜に火が通るまで煮込む。
- 火を止め④に味噌を溶き入れる。牛乳を加えてひと煮立ちさせ、お好みで七味唐辛子を加えてできあがり。

【牛乳の栄養】

牛乳は、体の組織を作り、活動のエネルギー源となる三大栄養素(たんぱく質、脂質、炭水化物)に加え、体の調子を整える各種ビタミン・ミネラルという五大栄養素すべてを含む準完全栄養食品です。毎日コップ一杯の牛乳を飲む習慣をつけましょう。



町管理栄養士
上西 淳子

くらしのかレンダー



1 (日)	2 (月)	3 (火)	4 (水)	5 (木)	6 (金)	7 (土)
	<ul style="list-style-type: none"> ●園開放／ま／10:00～ ●さくらんぼ広場／火／11:00～ ●カレーの日(チキン)／水／11:30～ <p>ケアラー相談 南空知消費生活相談</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●展示「道写協栗山支部 図書館ギャラリー展」(～15日まで) ●カレーの日(チキン)／火／11:30～ ●節分「豆まき」／水／15:00～ <p>スマホ相談 ケアラー相談 リサイクル・農村ごみ 南空知消費生活相談</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●園開放／水／10:00～ <p>スマホ相談 ケアラー相談 リサイクル・農村ごみ 南空知消費生活相談</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●運転免許証更新時講習／木／(初回違反)／14:00～ <p>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</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●マロン広場／金／10:00～ ●手打ちそばの日／土／11:00～ <p>ケアラー相談 南空知消費生活相談</p>	
8 (日)	9 (月)	10 (火)	11 (祝)	12 (木)	13 (金)	14 (土)
	<ul style="list-style-type: none"> ●園開放／ま／10:00～ ●育児サークルまめっこ／火／10:30～ ●カレーの日(チキン)／水／11:30～ ●こま検定／木／15:30～ <p>健康相談 ケアラー相談 南空知消費生活相談</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●ひよこグループ遊びの広場／水／10:30～ ●カレーの日(チキン)／木／11:30～ <p>リサイクル・農村ごみ 南空知消費生活相談</p>	●図書館休館	<ul style="list-style-type: none"> ●運転免許証更新時講習／木／(優良)／14:00～(一般)／15:00～ ●一輪車検定／金／15:30～ <p>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</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●のびのび広場／金／10:00～ ●手打ちそばの日／土／11:00～ ●けん玉検定／日／15:30～ <p>ケアラー相談 南空知消費生活相談</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●おはなしょもちゃ箱／日／11:00～
15 (日)	16 (月)	17 (火)	18 (水)	19 (木)	20 (金)	21 (土)
	<ul style="list-style-type: none"> ●園開放／ま／10:00～ ●おもちゃクリニック／火／10:00～ ●さくらんぼ広場／水／11:00～ ●カレーの日(チキン)／木／11:30～ ●竹馬検定／金／15:30～ ●牛田克彦版画作品展(～24日まで)／日／ <p>ケアラー相談 南空知消費生活相談</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●かんがるーグループ遊びの広場／水／11:00～ ●カレーの日(チキン)／木／11:30～ ●縄跳び検定／金／15:30～ <p>町営バス無料の日 スマホ相談 ケアラー相談 リサイクル・農村ごみ 南空知消費生活相談</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●園開放／水／10:00～ ●オレンジカフェ／木／ <p>広報 20 ページ参照</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●図書館夢十夜第五夜「おとなのラジオノジカン」／木／ <p>広報 21 ページ参照</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●パクモグ相談&子育て講座／火／10:15～ ●手打ちそばの日／水／11:00～ ●無料法律相談／木／ <p>広報 21 ページ参照</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●町民講座「あつたか子宮のセルフケア講座」／金／ <p>広報 21 ページ参照</p>
22 (日)	23 (祝)	24 (火)	25 (水)	26 (木)	27 (金)	28 (土)
	<ul style="list-style-type: none"> ●休日開放／火／10:00～ ●カレーの日(チキン)／水／11:30～ <p>南空知消費生活相談</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●こあらグループ遊びの広場／水／10:30～ ●カレーの日(チキン)／木／11:30～ ●運転免許証更新時講習／金／(初回違反)／14:00～ <p>スマホ相談 ケアラー相談 リサイクル・農村ごみ 南空知消費生活相談</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●ベビーの日／木／10:00～ ●園開放／水／10:00～ ●くりくり広場／木／10:30～ ●お茶教室／金／14:30～ <p>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</p>		<ul style="list-style-type: none"> ●わくわく広場／木／9:30～ ●手打ちそばの日／水／11:00～ <p>ケアラー相談 南空知消費生活相談</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●映画会「かがみの孤城」／日／①10:15～②14:00～

ま = 総合福祉センター「しゃるる」 **雨** = 雨煙別小学校 コカ・コーラ環境ハウス
火 = カルチャープラザ「Eki」 **子** = 子育て支援センター
水 = 役場 **児** = 児童センター
木 = 農村環境改善センター **い** = いちい認定こども園
金 = 南部公民館 **ま** = まつば保育園
土 = 図書館 **め** = めぐみこども園
日 = 栗夢プラザ **マ** = マロンキッズ保育園
月 = スポーツセンター **交** = いきいき交流プラザ
年 = 栗山自動車学校 **ク** = クリエイターズマーケット

「くらしのかレンダー・遊びの広場」は、令和8年3月号をもって広報紙への挟み込みを終了させていただきます。
今後は広報紙面などでご確認ください。