

～4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 **4月9日(火)**
10:30～11:30
内 容 手作りおもちゃ
対 象 妊婦・0歳～1歳5カ
月までの子とその親子

こあらグループ

日 時 **4月23日(火)**
10:30～11:30
内 容 遊戯室で遊ぼう
対 象 1歳6カ月～就学前の
幼児とその親子

育児サークルまめっこ

日 時 ① **4月4日(木)**
10:30～11:30
内 容 自己紹介カード作り
持ち物 子ども・家族写真数枚

日 時 ② **4月18日(木)**
10:30～11:30
内 容 風船で遊ぼう

パクモグ相談

日 時 **4月19日(金)**
10:30～11:30
内 容 栄養相談・試食
対 象 就学前の幼児と保護者

休日開放

日 時 **4月27日(土)**
10:00～12:00
内 容 児童センターの子どもた
ちと自由遊び・手遊び・
絵本読み
対 象 就学前の幼児と保護者

子育て講座

日 時 **4月30日(火)**
10:30～11:30
内 容 遊べるアートバルーン
を作ろう
講 師 鎌田静江さん
(風船サークル代表)
参加費 500円(材料費)
申し込み 4月26日(金)まで

栗山いちい保育園

☎ 72-1572

のびのび広場・園開放は
5月から行います。

継立保育所

☎ 75-2032

園開放

日 時 **4月8日、15日、
22日(月)**
10:00～11:00

栗山めぐみ幼稚園

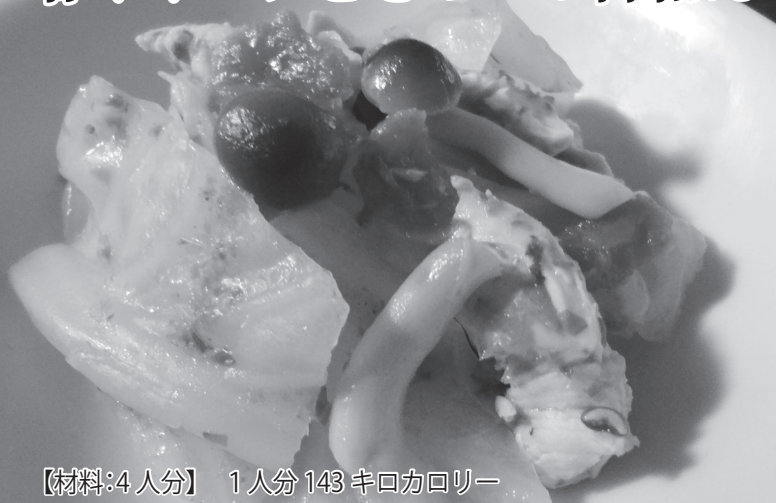
☎ 72-1459・72-4914

なかよし広場

日 時 **4月20日(土)**
9:00～13:00
内 容 カレーライスと一緒に
食べましょう
参加費 500円
対 象 園児・小学生・未就園
児とその保護者
申し込み 4月15日(月)まで

★ 今月のいただきます

春キャベツときのこの梅和え



【材料:4人分】 1人分 143キロカロリー

キャベツ・・・・・・・・	1/2玉	梅干し・・・・・・・・	4個
鶏ささみ・・・・・・・・	3本	ポン酢・・・・・・・・	大さじ2
しめじ・・・・・・・・	1袋	ごま油・・・・・・・・	大さじ2
		かつお節・・・・・・	1パック

キャベツはビタミンUという栄養素が豊富です。胃潰瘍や十二指腸潰瘍などを予防する効果があり、胃腸を守ってくれる効果があります。胃腸の弱い方、弱っている方にはおすすめしたい食品です。

町地域医療・保健対策室 管理栄養士 上西 洵子



<作り方>

- ①キャベツはザク切りにする。
- ②ささみは筋があれば取り、一口大のそぎ切りにする。
- ③しめじは食べやすい大きさに切る。
- ④大きめの鍋に湯を沸かし、キャベツとしめじをさっとゆでる。
- ⑤キャベツとしめじを取りだし、水けをしっかり取る。
- ⑥同じ湯にささみを加えてほぐし、2分程ゆでる。
- ⑦大きめのボウルにたれの材料を入れ、⑤⑥を加えて味が絡むようによく和えて、できあがり。



2013

4 APRIL

くらしのカレンダー

いきいき・しゃるる健康相談

【毎週月曜日】

いきいき交流プラザ 10:00～
総合福祉センターしゃるる 13:00～

街かど介護相談

【第2・4金曜日】

栗夢プラザ 11:00～

消費生活苦情相談

【毎週月・木曜日】

勤労者福祉センター 13:00～

木曜お話し会

【毎週木曜日】

図書館 11:00～

南部地区健康相談

【第1・3金曜日】

南部公民館 9:30～

■ = 総合福祉センターしゃるる

■ = カルチャープラザ「Eki」

■ = 役場

■ = 角田農村環境改善センター

■ = 南部公民館

■ = 図書館

■ = 栗夢プラザ

■ = 勤労者福祉センター

■ = スポーツセンター

■ = 雨庭別小学校 コカ・コラー環境ハウス

■ = 子育て支援センター

■ = 児童センター

■ = いちい保育園

■ = 継立保育所

■ = めぐみ幼稚園

■ = 栗山公園



くりやま老舗まつり

4月13日(土)、14日(日)

	1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)	6 (土)
	●すみれサークル和紙絵展(第2部) / ■ 10:00～7日まで	●健康ストレッチ・ヨガ教室 / ■ 11:30～全3回		●育児サークルまめっこ / ■ 10:30～	●北海道日本ハムファイターズ応援バスツアー / ■ 15:30出発	●サケの稚魚放流会 / ■ 9:30～ ●おはなしおもちゃばこ / ■ 11:00～
	いきいき・しゃるる健康相談 消費生活苦情相談		リサイクル・農村ごみ	木曜お話し会 消費生活苦情相談	南部地区健康相談	
7 (日)	8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)	13 (土)
●図書館映画「ローマの休日」 / ■ ① 10:15～② 14:00～	●行政相談 / ■ 10:00～ ●継立保育所「園開放」 / ■ 10:00～ ●児童センター「1年生と遊ぼう会」 / ■ 13:30～	●ひよこグループ / ■ 10:30～	●地域公開授業参観日 / 栗山中学校 / 8:40～	●栗山監督優勝パレード写真展 / ■ 10:00～30日まで ●3町職業相談会 / ■ 13:00～ ●運転免許更新講習(違反) / ■ 14:00～ ●図書館映画「ローマの休日」 / ■ ① 17:30～	●木の工房るか作品展 / ■ 10:00～	●堆肥「栗肥土」特別販売 / 役場車庫前 / 9:00～ ●くりやま老舗まつり / 各所 / 10:00～14日まで ●手作りフェスタ in くりやま / ■ 10:00～ ●図書館映画「華岡青洲の妻1」 / ■ ① 10:15～② 14:00～
	いきいき・しゃるる健康相談 消費生活苦情相談		リサイクル・農村ごみ	木曜お話し会 消費生活苦情相談	南部地区健康相談	街かど介護相談
14 (日)	15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)	20 (土)
●図書館映画「華岡青洲の妻2」 / ■ ① 10:15～② 14:00～	●継立保育所「園開放」 / ■ 10:00～ ●地域公開授業参観日 / 継立中学校 / 12:15～	●てってって広場 / ■ 10:30～ ●児童センター「けん玉であそぼう」 / ■ 13:30～ ●まちづくり懇談会 / ■ 18:30～	●まちづくり懇談会 / ■ 18:30～	●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～ ●まちづくり懇談会 / ■ 18:30～	●バクモグ相談 / ■ 10:30～ ●無料法律相談 / ■ 13:00～	●めぐみ幼稚園「なかよし広場」 / ■ 9:00～
	いきいき・しゃるる健康相談 消費生活苦情相談		町営バス無料の日 リサイクル・農村ごみ	木曜お話し会 消費生活苦情相談	南部地区健康相談	
21 (日)	22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)	27 (土)
●春の全町一斉清掃 / 7:00～ ●ハサンベツ里山の日 / 里山センター / 9:00～ ●子ども読書の日記念行事「ぼかぼかおひさまはるがきた」 / ■ 11:00～ ●パークゴルフ場オープン	●継立保育所「園開放」 / ■ 10:00～	●こあらグループ / ■ 10:30～ ●児童センター「竹馬で遊ぼう」 / ■ 13:00～		●児童センター「一輪車検定」 / ■ 13:30～ ●運転免許更新講習(初回) / ■ 14:00～		●「栗肥土」販売 / 役場車庫前 / 9:00～ ●子育て支援センター「休日開放」 / ■ 10:00～ ●図書館映画 / ■ 11:00～「影絵劇 銀河鉄道の夜」、14:00～「アバター」 ●陶芸ワークショップ / キャラリー キロル / 14:00～
	いきいき・しゃるる健康相談 消費生活苦情相談		リサイクル・農村ごみ	木曜お話し会 消費生活苦情相談	街かど介護相談	
28 (日)	29 (月・昭和の日)	30 (火)	5/1 (水)	5/2 (木)	5/3 (金・憲法記念日)	5/4 (土・みどりの日)
●日曜納税相談 / 役場 / 8:30～ ●図書館映画「トムとジェリー」 / ■ ① 11:00～② 14:00～	●栗山公園、各屋外施設オープン	●献血の日 / 各所 / 10:00～※広報くりやま 39P 参照 ●子育て支援センター「子育て講座」 / ■ 10:30～ ●てってって広場 / ■ 10:30～ ●児童センター「こまで遊ぶ」 / ■ 13:30～				
	いきいき・しゃるる健康相談 消費生活苦情相談		リサイクル・農村ごみ	木曜お話し会 消費生活苦情相談		