～11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　**11**月**12**日㈫
10：30～11：30
内　容　親子製作
対　象　０歳～１歳５カ月までの子と親子

こあらグループ
日　時　**11**月**26**日㈫
10：30～11：30
内　容　リズム遊び
対　象　１歳６カ月～就学前の幼児と親子

パクモグ相談
日　時　**11**月**15**日㈮
10：30～11：30
内　容　栄養相談・試食
対　象　就学前の幼児と保護者

育児サークルまめっこ
日　時　**11**月**7**日㈭
10：30～11：30
内　容　いもだんご作り
持ち物　おしぼり・はし・フォーク

日　時　**11**月**21**日㈭
10：30～11：30
内　容　新聞紙あそび

栗山いちい保育園
☎ 72-1572

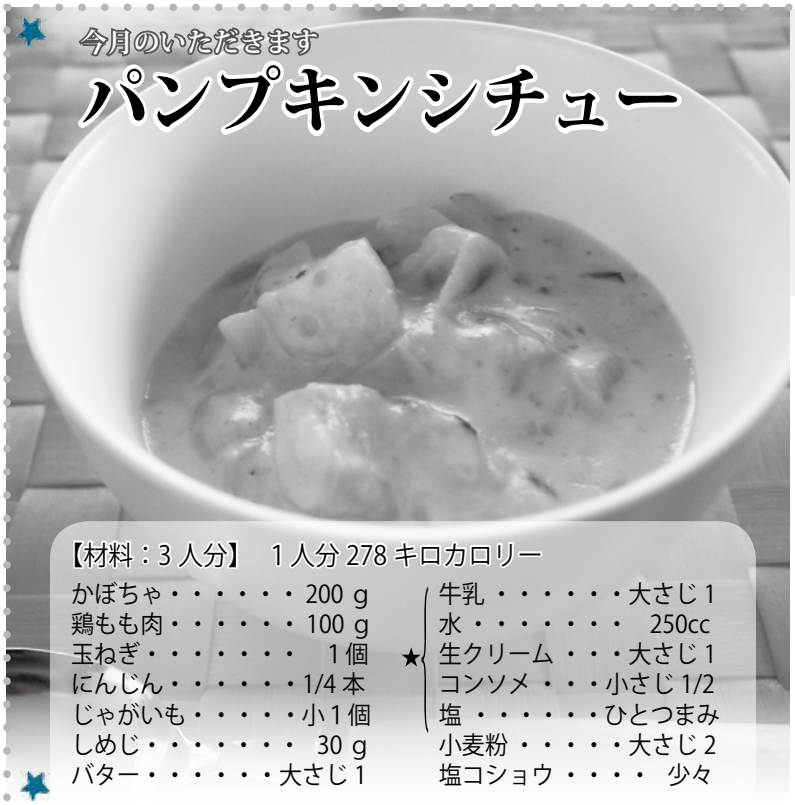
のびのび広場
日　時　**11**月**29**日㈮
10：00～13：00
内　容　製作あそび
持ち物　お弁当

園開放
11月**13**日、**20**日、**27**日㈬
10：00～11：00
『同年齢児と遊ぼう』

継立保育所
☎ 75-2032

わくわく広場
日　時　**11**月**29**日㈮
10：00～11：00
内　容　バルーン遊び

園開放
毎週月曜日　10：00～11：00
※４日㈷はお休み



今月のいただきます
パンプキンシチュー

【材料：３人分】　１人分 278 キロカロリー

かぼちゃ	200ｇ	牛乳	大さじ１
鶏もも肉	100ｇ	水	250cc
玉ねぎ	１個	★生クリーム	大さじ１
にんじん	1/4本	★コンソメ	小さじ1/2
じゃがいも	小１個	★塩	ひとつまみ
しめじ	30ｇ	小麦粉	大さじ２
バター	大さじ１	塩コショウ	少々

かぼちゃには免疫力を高め、体を温める作用があるカロテンが豊富に含まれています。寒い冬には、積極的にとりたい食材ですね。

町地域医療・保健対策室
管理栄養士　上西 洵子

＜作り方＞
①かぼちゃを一口大に切って耐熱皿に入れ、３分ほど電子レンジにかけます。※皮はお好みで。
②そのほかの野菜を一口大に切ります。
③鍋に★を入れてコンソメが解けるまであたため、柔らかくなったかぼちゃと一緒にミキサーにかけます。
④鍋にバターをひいて玉ねぎを炒め、しんなりしたら、じゃがいも、にんじん、鶏もも肉、しめじをいれて、塩・こしょうで味付けをします。
⑤④に小麦粉を入れ、粉がなくなったら、③を少しずついれます。
⑥混ぜてとろみがでてきたらできあがり。

2013
11 NOVEMBER 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～

南部地区健康相談
【第１・３金曜日】
南部公民館　9：30～

木曜お話会
【毎週木曜日】
図書館　11：00～

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＝角田農村環境改善センター
南＝南部公民館
図＝図書館
ク＝栗夢プラザ
勤＝勤労者福祉センター
ス＝スポーツセンター
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＝いちい保育園
継＝継立保育所
め＝めぐみ幼稚園
公＝栗山公園

1（金）	2（土）
●栗山の古写真展／開拓記念館／10：00～12月29日まで ●根っ子の会絵手紙展／ク 10：00～11月8日まで ●もみじ窯 香西信行作陶展／カル 11：00～3日まで ●栗山町菊花展／カル 13：00～3日まで 南部地区健康相談	☀おはなしおもちゃばこ／図11：00～ ●陶芸ワークショップ／SUSU窯／13：00～ ●栗山町芸能祭／カル 17：30～3日まで
3（日）文化の日	**4（月）振替休日**	**5（火）**	**6（水）**	**7（木）**	**8（金）**	**9（土）**
●栗山公園感謝祭／公 ●図書館映画「小澤征爾～西洋音楽と格闘した半世紀～」／図 10：15～ ●図書館映画「ふるさとの詩～くりやま」／図 14：00～ ●屋外体育施設・栗山公園クローズ	●栗山町菊花展／ク 10：00～8日まで	☀てってって広場／ク 10：30～ ☀児童センター「百人一首教室」／児 14：30～ 全４回	●教育シンポジウム／／勤 19：05～ リサイクル・農村ごみ	☀育児サークルまめっこ／子 10：30～ ●災害時高齢者生活支援講習／栗山赤十字病院／13：20～ ●図書館映画「99歳の詩人柴田トヨ～心を救う言葉～」／図 17：30～ 木曜お話会 消費生活苦情相談	●中川晃 ガラス展／カル 10：00～10日まで 街かど介護相談	●図書館映画 図①「鞍馬天狗 前編」10：15～②「〃 後編」14：00～
10（日）	**11（月）**	**12（火）**	**13（水）**	**14（木）**	**15（金）**	**16（土）**
●ふれあい広場くりやま／カル 9：00～ ●ハサンベツの日／ハサンベツ里山／9：00～	●行政相談／カル 10：00～ ☀児童センター「こま回し」／児 14：30～ いきいき・しゃるる健康相談 消費生活苦情相談	●ヤムニウシ美術展／図10：00～24日まで ☀ひよこグループ／子 10：30～	☀いちい保育園「園開放」／い 10：00～ リサイクル・農村ごみ	●ラビット飯田ライブ in 栗山／ク 18：30～ 木曜お話会 消費生活苦情相談	☀パクモグ相談／子 10：30～●無料法律相談／しゃ 13：00～●北海道いい川づくり研修会／雨 13：00～16日まで☀児童センター「人権教室」／児 15：30～●スキージュニアレーシング説明会／カル 18：30～ 南部地区健康相談	
17（日）	**18（月）**	**19（火）**	**20（水）**	**21（木）**	**22（金）**	**23（土）勤労感謝日**
☀伝承もちつき会／栗山寺／9：30～	●みんなの英会話／しゃ 19：00～全５回 いきいき・しゃるる健康相談 消費生活苦情相談	☀てってって広場／ク 10：30～	☀いちい保育園「園開放」／い 10：00～ ☀児童センター「けん玉」／児 14：30～ ●フィンランド報告会／介護福祉学校／18：00～ 町営バス無料の日 リサイクル・農村ごみ	●未就業看護職員研修／栗山赤十字病院／10：00～ ☀育児サークルまめっこ／子 10：30～ ●運転免許更新時講習／カル（違反）14：00～ 木曜お話会 消費生活苦情相談	●ゆっくり市／ク 18：00～ 街かど介護相談	
24（日）	**25（月）**	**26（火）**	**27（水）**	**28（木）**	**29（金）**	**30（土）**
●ミニブックリサイクル市／南 10：00～ ☀図書館映画「ドナルド・ダック」／図 14：00～	☀児童センター「竹馬検定」／児 14：30～ ●まちづくり懇談会／12月10日まで※詳しくは広報くりやま9Pをご覧ください いきいき・しゃるる健康相談 消費生活苦情相談	☀こあらグループ／子 10：30～ ●すずらん無料法律相談／しゃ 13：00～	☀いちい保育園「園開放」／い 10：00～ ●年末調整事業所向け説明会／カル 14：00～ ☀児童センター「一輪車検定」／児 14：30～ リサイクル・農村ごみ	●運転免許更新時講習／カル（優良）14:00～、／カル（一般）15：00～ 木曜お話会 消費生活苦情相談	☀継立保育所「わくわく広場」／継 10：00～ ☀のびのび広場／い 10：00～ ●食の健康推進事業講演会／カル 13：30～	●赤十字雪上安全法救助員養成講習／栗山赤十字病院／9：00～全３回●図書館映画「小澤征爾～西洋音楽と格闘した半世紀～」／図 10：15～●図書館映画「99歳の詩人柴田トヨ～心を救う言葉～」／図 14：00～
12/1（日）	**12/2（月）**	**12/3（火）**	**12/4（水）**	**12/5（木）**	**12/6（金）**	**12/7（土）**
●全町ミニバレー大会／ス 9：00～	いきいき・しゃるる健康相談 消費生活苦情相談	●行政相談／角 10：00～ ●健康ストレッチヨーガ教室／ス 11：00～全３回	☀児童生徒作品展／カル 9：00～10日まで リサイクル・農村ごみ	木曜お話会 消費生活苦情相談	南部地区健康相談	