

～ 3月の遊びの広場～

子育て支援センター「スキップ」

☎ 72-1280

育児サークルまめっこ

日 時 3月5日(木)
10:30～12:00
内 容 「フォトフレーム作り」
対 象 サークルに登録している親子
参加費 150円
定 員 15人(託児有)
持ち物 はさみ・のり・両面テープ
写真5～10枚程度

ひよこグループ

日 時 3月10日(火)
10:30～11:30
内 容 「計測・手形、足形とり」
対 象 0歳～1歳5カ月の乳幼児と
その保護者
申込期限 3月9日(月)

こあらグループ

日 時 3月24日(火)
10:30～11:30
内 容 「計測・手形、足形とり」
対 象 1歳6カ月～就学前の幼児と
その保護者
申込期限 3月23日(月)

お楽しみ会

日 時 3月17日(火)
10:30～12:30
内 容 ゲーム・会食・不用品バザー
参加費 大人350円
子ども150円
定 員 35組
(定員になり次第締め切り)
対 象 未就園児とその保護者
持ち物 エプロン・フォーク・スプーン・おしぼり
その他 午後からの開放は休み

パクモグ相談

日 時 3月20日(金)
11:00～12:00
内 容 栄養相談・試食
対 象 就学前の幼児とその保護者

休日開放

日 時 3月28日(土)
10:00～12:00
内 容 親子で自由遊び
対 象 就学前の幼児とその保護者

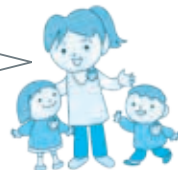
継立まつば保育園

☎ 75-2032

わくわく広場

日 時 3月11日(水)
9:30～12:00
内 容 「1日体験入園」
参加費 260円(給食費)
申込期限 3月6日(金)

いっしょに
あそぼう！



園開放

日 時 3月9日、16日、23日(月)
10:00～11:00

子ども発達サポートセンター

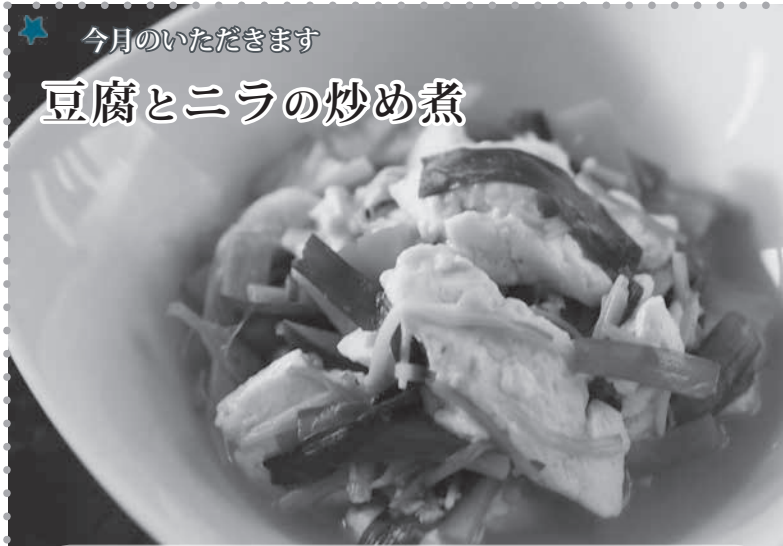
☎ 73-2260

一般開放

日 時 3月5日、12日、19日、
26日(木)
9:00～12:00
内 容 「親子で自由遊び」

★ 今月のいただきます

豆腐とニラの炒め煮



【材料：4人分】 1人分135キロカロリー

木綿豆腐・・・・・・・・・・1丁	A {	鶏ガラスープの素・小さじ1
ニラ・・・・・・・・・・1束		酒・・・・・・・・・・小さじ1
エノキ・・・・・・・・・・1袋		砂糖・・・・・・・・・・小さじ1
ニンジン・・・・・・・・・・1/3本		塩、コショウ・・・・・・少々
ごま油・・・・・・・・・・大さじ1		ポン酢・・・・・・・・・・小さじ2

豆腐は、畑の肉と言われて
いるように高タンパク質食材
です。骨や歯のもとになるカ
ルシウムや老化を防ぐ大豆サ
ポニンも豊富に含まれます。
子どもから大人まで積極的に
とりたい食材ですね。



町管理栄養士
上西 洵子

<作り方>

- ①ニラは3cmの長さに切る。エノキは石づきを取って3cmの長さに切る。ニンジン皮をむいて太めの千切りにする。
- ②フライパンにごま油を入れ中火で熱し、エノキ、ニンジンをさっと炒め、Aを加えて再度炒める。
- ③②に豆腐をスプーンですくい入れ、ふたをして2～3分弱火で蒸し煮にする。
- ④にらを加えてひと混ぜし、ポン酢をまわしいれ、火が通ればできあがり。



くらしのカレンダー

1 (日)	2 (月)	3 (火)	4 (水)	5 (木)	6 (金)	7 (土)
●開拓記念館特別展「平成 25 年度寄贈品展」／10：00～31日まで いきいき・しゃるる健康相談 消費生活苦情相談			●税の申告相談／南 9：00～ リサイクル・農村こみ	●申告相談／角 9：00～ ●牛田克彦氏版画作品展／子 10：00～23日まで ●育児サークルまめっこ／子 10：30～ ●運転免許更新時講習／栗山自動車学校（初回）14：00～ 木曜お話会 消費生活苦情相談	●ふうせん作り講座／丸 13：30～ 南部地区健康相談	●おはなしおもちゃばこ／図 11：00～ ●札幌ひなまつりコンサート／区 17：30～
8 (日)	9 (月)	10 (火)	11 (水)	12 (木)	13 (金)	14 (土)
●休日申告相談／役場税務課／8：30～	●行政相談／丸 10：00～ いきいき・しゃるる健康相談 消費生活苦情相談	●ひよこグループ遊びの広場／子 10：30～ ●健康ストレッチヨーガ教室／区 11：00～（全3回） ●子育てボランティアアスキルアップ研修会／区 18：30～	●わくわく広場／区 9：30～ ●児童センター「こま回し検定」／区 14：30～ リサイクル・農村こみ	●NPO活動応援セミナー／丸 13：30～ 3町職業相談 木曜お話会 消費生活苦情相談	●春待ちゆっくり市／区 18：00～	●栗高図書館がやってくる！／図 11：00～ ●婚カツ大作戦「栗山で叶える恋」／雨 16：00～
15 (日)	16 (月)	17 (火)	18 (水)	19 (木)	20 (金)	21 (土) 春分の日
●イグルーづくり／ハサンベツ山センター／9：00～ ●栗山少年少女合唱団「春のコンサート」／丸 13：30～ ●図書館映画「うっかりペネロペ」／図 14：00～ いきいき・しゃるる健康相談 消費生活苦情相談	●児童センター「竹馬検定」／区 14：30～ いきいき・しゃるる健康相談 消費生活苦情相談	●子育て支援センターお楽しみ会／子 10：30～	●児童センター「けん玉検定」／区 14：30～ 町営バス無料の日 リサイクル・農村こみ	●栗山陶芸同好会「春の作陶展」／丸 9：00～22日まで ●運転免許更新時講習／丸（優良）14：00～（一般）15：00～ 木曜お話会 消費生活苦情相談	●パクモグ相談／子 11：00～ ●無料法律相談／丸 13：00～ ●レジニアクセサリー教室／あさひ工房／18：00～ 南部地区健康相談	●国際交流のつどい／丸 13：45～
22 (日)	23 (月)	24 (火)	25 (水)	26 (木)	27 (金)	28 (土)
●図書館映画「蒼天の夢」／図 ① 10：15～② 14：00～ ●夕張川探鳥会／8：30 役場駐車場集合 いきいき・しゃるる健康相談 消費生活苦情相談	●児童センター「一輪車検定」／区 14：30～ ●ライフデザインライフプラン講座／丸 19：00～ いきいき・しゃるる健康相談 消費生活苦情相談	●こあらグループ遊びの広場／子 10：30～		●運転免許更新時講習／丸（違反）14：00～ 木曜お話会 消費生活苦情相談		●子育て支援センター休日開放／子 10：00～ ●ブックリサイクル市／図 10：00～
29 (日)	30 (月)	31 (火)	4/1 (水)	4/2 (木)	4/3 (金)	4/4 (土)
	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・農村こみ	木曜お話会 消費生活苦情相談	南部地区健康相談	
4/5 (日)	4/6 (月)	丸 = 総合福祉センターしゃるる 区 = 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 区 = 栗夢プラザ 勤 = 勤労者福祉センター 区 = スポーツセンター 雨 = 雨煙別小学校 コカ・コア環境ハウス 子 = 子育て支援センター 区 = 児童センター 区 = いちい保育園 区 = まつば保育園 区 = めぐみ幼稚園 区 = 栗山公園				
	いきいき・しゃるる健康相談 消費生活苦情相談	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～ 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～

3町職業相談
【第2木曜日】
勤労者福祉センター 13：00～