

～ 7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 7月2日(木)
10:30～12:00
内 容 「栗山公園で遊ぼう」※現地集合
日 時 7月16日(木)
10:30～12:00
内 容 「中庭水遊び」

パクモグ相談

日 時 7月10日(金)
10:30～12:00
内 容 講話・試食
対 象 就学前の幼児とその保護者

ひよこグループ

日 時 7月14日(火)
10:30～11:30
内 容 「手作りおもちゃ」
対 象 0歳～1歳5カ月の乳幼児と
その保護者

休日開放

日 時 7月18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 就学前の幼児とその保護者

栗山いちい保育園

☎ 72-1572

のびのび広場

日 時 7月31日(金)
10:00～13:00
内 容 「水遊び・給食試食会」
持ち物 水遊び用パンツまたは水着、
バスタオル、帽子、飲み物
対 象 就学前の幼児とその保護者
参加費 給食費 1食 235円
申込期限 7月24日(金)



園開放

日 時 毎週水曜日
10:00～11:00

継立まつば保育園

☎ 75-2032

わくわく広場

日 時 7月23日(木)
10:00～11:00
内 容 「中庭で水遊び」
持ち物 水遊び用パンツまたは水着、
バスタオル、帽子、飲み物
対 象 就学前の幼児とその保護者

園開放

日 時 毎週月曜日
10:00～11:00

栗山めぐみ幼稚園

☎ 72-1459・72-4914

なかよし広場

日 時 7月4日(土)
9:00～13:00
内 容 「運動会練習に参加」
対 象 幼児・小学生・中学生・高校
生・未就園児とその保護者
参加費 400円
申込期限 7月3日(金)まで

子ども発達サポートセンター

☎ 73-2260

一般開放

日 時 毎週木曜日
9:00～12:00

★ 今月のいただきます

たっぷり野菜の冷やし担担麺



【材料：2人分】 1人分 666 キロカロリー

中華めん・・・・・2玉	A {	豆板醤、味噌、しょうゆ、砂糖
豚ひき肉・・・・・150g		・・・・小さじ1強
生しいたけ・・・・・4枚		練りごま(白)、酒
長ねぎ・・・・・1/2本		・・・・大さじ1強
生姜、にんにく・・・・・1かけ		鶏ガラスープの素・小さじ1
ごま油・・・・・大さじ1		水・・・・・100cc

暑い夏は、めん類を食べる機会
も増えますね。めんと一緒に夏
バテ予防の効果がある夏野菜
もたっぷり摂りましょう！

町管理栄養士 上西 洵子



<作り方>

- ① A をすべて混ぜ合わせておく。
- ② 生しいたけと長ねぎ・生姜・にんにくは、みじん切りにする。
- ③ お好みの野菜を、切っておく。(今回は、2人分でトマト1個・もやし1/2袋・きゅうり1本・しらねぎ20gを使用)
- ④ フライパンに、みじん切した長ねぎ・生姜・にんにく・ごま油をいれて火にかけ、香りがでてきたらひき肉と生しいたけを入れ、さらに炒める。
- ⑤ しっかり火が通ったら、A を入れまんべんなく混ぜて、火を止める。
- ⑥ たっぷりのお湯で中華めんを茹で、冷水で冷やし、水気を切ってごま油少々(分量外)をからめる。
- ⑦ お皿にめんをのせ、タレをかけてお好みの野菜をのせればできあがり。

2015

7 JULY

くらしのカレンダー

くりやま夏まつり  7月24日(金)25日(土)		1 (水) ●青空ぬりえ広場／ 10:00～31日まで ●夏季節電協力要請期間／9月30日まで リサイクル・農村こみ	2 (木) ●西川流祿扇会栗山支部30周年メモリアル写真展／ 10:00～12日まで ●育児サークルまめっこ／ 10:30～ 木曜お話し会 消費生活相談室	3 (金) ●商店街組合「ゆつくり市」／ 18:00～ ●熊さんライブ in まちの駅／ 18:30～ 南部地区健康相談	4 (土) ●なかよし広場／ 9:00～ ●親子川遊び／ハサンベツ里山センター／ 10:00～ ●おはなしおもちゃばこ／ 11:00～	
5 (日) ●南部公民館終日利用休止	6 (月) いきいき・しゃるる健康相談 消費生活相談室	7 (火) ●健康ストレッチ ヨガ教室／ 11:00～(全3回)	8 (水) 消費生活相談室 リサイクル・農村こみ	9 (木) ●廃油を使った手作り石鹸講座／ 13:30～ ●運転免許更新時講習／ (優良)14:00～(一般)15:00～ 3町職業相談 木曜お話し会 消費生活相談室	10 (金) ●パクモグ相談／ 10:30～ ●サマーフェスタ2015／遊歩道の駅ぎたて／ 16:00～	11 (土) ●栗山高校学校祭／ 正午～12日まで ●ロングナイトハイック／ハサンベツ里山センター／ 19:00～ ●夏の交通安全運動／ 20日まで
12 (日) ●ハサンベツ里山作業日／ 9:00～ ●つり&たべてみる／栗山ダム右岸広場／ 9:00～	13 (月) ●行政相談／ 10:00～ ●児童センター「こまで遊ぼう」／ 14:30～ いきいき・しゃるる健康相談 消費生活相談室	14 (火) ●夏休みブックマラソン／ 10:00～8月23日まで ●ひよこグループ遊びの広場／ 10:30～ ●児童センター「けん玉で遊ぼう」／ 14:30～ 町営バス無料の日 リサイクル・農村こみ	15 (水) 町営バス無料の日 リサイクル・農村こみ	16 (木) ●育児サークルまめっこ／ 10:30～ ●楽しいボールペン習字講座／ 13:30～ 木曜お話し会 消費生活相談室	17 (金) ●無料法律相談／ 13:00～ ●児童センター「読み聞かせ会」／ 15:00～ 南部地区健康相談	18 (土) ●くりやま「家具・工房」まつり／匠の森／ 10:00～19日まで ●子育て支援センター休日開放／ 10:00～
19 (日)	20 (祝)	21 (火) ●2年次実習報告会／北海道介護福祉学校205教室／ 9:00～22日まで ●児童センター「竹馬検定」／ 14:30～ ●夏の暴力追放運動／ 8月20日まで 消費生活相談室 リサイクル・農村こみ	22 (水) ●児童センター「一輪車検定」／ 14:30～ 消費生活相談室 リサイクル・農村こみ	23 (木) ●わくわく広場／ 10:00～ ●運転免許更新時講習／ (違反)14:00～ 木曜お話し会 消費生活相談室	24 (金) ●くりやま夏まつり1日目／ 広報11ページ参照 ●栗山・継立地区少年少女水泳教室／栗山・継立各プール(全6回)	25 (土) ●くりやま夏まつり2日目／ 広報11ページ参照 ●町営バス運休／ 8月3日まで
26 (日) ●ホテル観賞／ハサンベツ里山センター／ 19:30～	27 (月) いきいき・しゃるる健康相談 消費生活相談室	28 (火)	29 (水) ●手作り絵本作家になろう／ 10:00～ リサイクル・農村こみ	30 (木) 木曜お話し会 消費生活相談室	31 (金) ●のびのび広場／ 10:00～ ●無料法律相談／ 13:00～	8/1 (土) ●子育て支援センターオープニングセレモニー／ 10:00～
8/2 (日)	8/3 (月) いきいき・しゃるる健康相談 消費生活相談室	●総合福祉センター「しゃるる」 ●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 ●マ＝栗夢プラザ ●勤＝勤労者福祉センター	●スポーツセンター ●雨＝雨澤別小学校コカ・コウ環境ハウス ●子＝子育て支援センター ●児＝児童センター ●い＝いちい保育園 ●ま＝まづば保育園 ●め＝めぐみ幼稚園 ●公＝栗山公園	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 9:30～ 総合福祉センター「しゃるる」 13:00～ 南部地区健康相談 【第1・3金曜日】 南部公民館 9:30～ 木曜お話し会 【毎週木曜日】 図書館 11:00～	消費生活相談室 【毎週月・木曜日】 【毎月第2・4水曜日】 勤労者福祉センター 13:00～ 3町職業相談 【第2木曜日】 勤労者福祉センター 13:00～	

