

～10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 **10月13日**(火)
10:30～11:30
内容 「ボール遊び」
対象 0歳～1歳5カ月の乳幼児とその保護者

子育て講座

日時 **10月20日**(火)
10:30～11:30
内容 「笑いヨガ」
講師 笑いヨガティーチャー 植田美之氏
定員 15組(託児あり)

かんがるーグループ

日時 **10月16日**(金)
10:30～11:30
内容 「親子遊び・ママたちのおはなし交流会」
対象 0歳～5カ月の乳児とその保護者

休日開放

日時 **10月24日**(土)
10:00～12:00
対象 就学前の幼児とその保護者

こあらグループ

日時 **10月27日**(火)
10:30～11:30
内容 「手作りおもちゃ」
対象 1歳6カ月～就学前の幼児とその保護者

移動子育てサロン

日時 **10月29日**(木)
10:00～12:00
場所 角田農村環境改善センター

栗山いちい保育園

☎ 72-1572

のびのび広場

日時 **10月30日**(金)
10:00～13:00
内容 「小麦粉粘土遊び・給食試食会」
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 10月23日(金)

園開放

日時 **10月7日、14日、21日**(水)
10:00～11:00

継立まつば保育園

☎ 75-2032

わくわく広場

日時 **10月14日**(水)
10:00～11:00
内容 「観劇」
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 **10月31日**(土)
9:00～13:00
内容 「ハロウィンパーティ」
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 10月16日(金)まで

★ 今月のいただきます

ほうれん草とセロリの キーマカレー



香りとシャキシャキとした食感が特徴のセロリ。若々しい肌を保つ作用や冷え症に効果があるビタミンEが豊富に含まれています。よく噛んで食べることで栄養をしっかりと吸収できます。



町管理栄養士
上西 洵子

【材料：4人分】 1人分 553 キロカロリー

ご飯	適量	カレー粉	小さじ4
ほうれん草	1把	サラダ油	大さじ2
セロリ	1/2本	小麦粉	大さじ2
トマト	2個	水	2カップ
合いびき肉	200g	ケチャップ	大さじ3
玉ねぎ	1個	ヨーグルト	大さじ4
にんにく(みじん切り)	2片	ブイヨン	大さじ1
しょうが(みじん切り)	2片	塩	小さじ1/2
		こしょう	少々

<作り方>

- ①ほうれん草は根元を切り、3等分にする。セロリは、みじん切りにする。トマトは、へたを切り、1cm角に切る。玉ねぎは横半分に切り、縦に薄切りにする。
- ②フライパンにサラダ油を中火で熱し、玉ねぎセロリを5分ほど炒める。
- ③②がきつね色になったらにんにく、しょうが、ひき肉を加えて炒める。
- ④肉の色が変わったら、小麦粉、カレー粉を加え、粉っぽさがなくなるまで、さっと炒める。
- ⑤Aの材料、トマトを加え、煮立ったらほうれん草を加え、混ぜながら4分ほど煮る。
- ⑥器に盛り、温かいご飯を添える。

くらしのカレンダー



- ☑ = 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
- ☑ = 図書館
- ☑ = 栗夢プラザ
- 勤 = 勤労者福祉センター
- ☑ = スポーツセンター
- ☑ = 雨煙別小学校 コカ・コーラ環境ハウス
- ☑ = 子育て支援センター
- ☑ = 児童センター
- ☑ = いちい保育園
- ☑ = まつば保育園
- ☑ = めぐみ幼稚園
- ☑ = 栗山公園

4 (日)	5 (月)	6 (火)	7 (水)	8 (木)	9 (金)	10 (土)
<ul style="list-style-type: none"> ●テニスコート無料開放 / 角 9:00 ~ 15日まで ☑こどもフェスティバル / ☑ 10:00 ~ <p>いきいき・しゃるる健康相談 消費生活相談室</p>		<ul style="list-style-type: none"> ●行政相談 / 角 10:00 ~ 	<ul style="list-style-type: none"> ☑秋まつり思い出お絵かき展 / ☑ 10:00 ~ 18日まで ☑くりくり広場「牛乳パックで工作しよう」 / ☑ 10:30 ~ <p>リサイクル・農村ごみ</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●運転免許更新時講習 / ☑ (違反) 14:00 ~ <p>3町職業相談 木曜お話し会 消費生活相談室</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●基礎からのレジンアクセサリー講座 / ☑ 18:00 ~ <p>南部地区健康相談</p>	<ul style="list-style-type: none"> ☑おはなしおもちゃばこ / ☑ 11:00 ~ ●新そばまつり / ☑ 11:00 ~
11 (日)	12 (月)	13 (火)	14 (水)	15 (木)	16 (金)	17 (土)
<ul style="list-style-type: none"> ●ハサンベツ里山作業日 / 9:00 ~ 	<ul style="list-style-type: none"> ●行政相談 / ☑ 10:00 ~ <p>消費生活相談室</p>	<ul style="list-style-type: none"> ☑ひよこグループ遊びの広場 / ☑ 10:30 ~ ●健康ストレッチ ヨーガ教室 / ☑ 11:00 ~ (全3回) ☑児童センター「こまで遊ぼう」 / ☑ 14:30 ~ <p>消費生活相談室 リサイクル・農村ごみ</p>	<ul style="list-style-type: none"> ☑わくわく広場 / ☑ 10:00 ~ ☑児童センター「世代間交流ミニ運動会」 / ☑ 15:30 ~ <p>消費生活相談室 リサイクル・農村ごみ</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●くりやま芸術祭 / ☑ ~ 18日まで ☑育児サークルまめっこ / ☑ 10:30 ~ ●運転免許更新時講習 / 栗山自動車学校 (初回) 14:00 ~ <p>木曜お話し会 消費生活相談室</p>	<ul style="list-style-type: none"> ☑かんがるグループ遊びの広場 / ☑ 10:30 ~ ☑パクモグ相談 / ☑ 11:00 ~ ●無料法律相談 / ☑ 13:00 ~ <p>南部地区健康相談</p>	
18 (日)	19 (月)	20 (火)	21 (水)	22 (木)	23 (金)	24 (土)
<ul style="list-style-type: none"> ●秋の全町一斉清掃 / 町内各所 / 7:00 ~ ●レクリエーションのつどい / ☑ 9:00 ~ 		<ul style="list-style-type: none"> ●秋の特設行政相談 / 南 10:00 ~ ●伊藤正・貞子絵画展 / ☑ 10:00 ~ 29日まで ☑子育て講座 / ☑ 10:30 ~ ☑児童センター「けん玉で遊ぼう」 / ☑ 14:30 ~ <p>いきいき・しゃるる健康相談 消費生活相談室</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●栗山の巨樹写真展 / ☑ 10:00 ~ 11月8日まで ☑くりくり広場「新聞紙で運動しよう」 / ☑ 10:30 ~ <p>町営バス無料の日 リサイクル・農村ごみ</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●介護福祉学校「公開講座」 / 13:00 ~ ●靴下カバー手編み体験講座 / ☑ 13:30 ~ ●運転免許更新時講習 / ☑ (優良) 14:00 ~ (一般) 15:00 ~ <p>木曜お話し会 消費生活相談室</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●秋の特設行政相談 / ☑ 10:00 ~ ●野菜たっぶりあんかけ焼きそば講座 / 南 10:00 ~ ☑パクモグ相談「むし歯を予防する食生活」 / ☑ 10:30 ~ ●まちの駅寄席 / ☑ 19:00 ~ 	<ul style="list-style-type: none"> ☑子育て支援センター休日開放 / ☑ 10:00 ~ ☑くりやま音楽祭 / ☑ 13:00 ~ ●文化講演会「栗山町の巨樹」 / ☑ 14:00 ~
25 (日)	26 (月)	27 (火)	28 (水)	29 (木)	30 (金)	31 (土)
<ul style="list-style-type: none"> ☑秋の里山たき火塾日帰りコース / ハサンベツ里山 / 9:00 ~ ●地材地消体験バスツアー / 役場正面玄関集合 / 9:30 ●赤十字救急法講習会 / ☑ 12:30 ~ <p>いきいき・しゃるる健康相談 消費生活相談室</p>	<ul style="list-style-type: none"> ☑児童センター「ドッチビー大会」 / ☑ 14:30 ~ <p>いきいき・しゃるる健康相談 消費生活相談室</p>	<ul style="list-style-type: none"> ☑こあらグループ遊びの広場 / ☑ 10:30 ~ ☑児童センター「竹馬検定」 / ☑ 14:30 ~ ●献血の日 ※ 広報22ページ参照 <p>消費生活相談室 リサイクル・農村ごみ</p>	<ul style="list-style-type: none"> ☑児童センター「一輪車検定」 / ☑ 14:30 ~ ●ふるさと教育交流会 / ☑ 18:30 ~ <p>消費生活相談室 リサイクル・農村ごみ</p>	<ul style="list-style-type: none"> ☑移動子育てサロン / ☑ 10:00 ~ <p>木曜お話し会 消費生活相談室</p>	<ul style="list-style-type: none"> ☑のびのび広場 / ☑ 10:00 ~ ●根っこの会絵手紙展 / ☑ 10:00 ~ 11月13日まで ●無料法律相談 / ☑ 13:00 ~ 	<ul style="list-style-type: none"> ☑なかよし広場 / ☑ 9:00 ~ ☑秋の里山たき火塾一泊二日コース / ハサンベツ里山 / 9:00 ~
11/1 (日)	11/2 (月)	11/3 (火)	11/4 (水)	11/5 (木)	<p>いきいき・しゃるる健康相談 消費生活相談室</p> <p>【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 ~</p> <p>南部地区健康相談 【第1・3金曜日】 南部公民館 9:30 ~</p> <p>木曜お話し会 【毎週木曜日】 図書館 11:00 ~</p> <p>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 ~</p> <p>3町職業相談 【第2木曜日】 勤労者福祉センター 13:00 ~</p>	
<ul style="list-style-type: none"> ●栗山町菊花展 / ☑ ~ 3日まで ●もみじ窯「香西信行栗山展」 / ☑ 10:00 ~ 3日まで 	<ul style="list-style-type: none"> ●栗山町芸能祭「カラオケ発表会」 / ☑ 15:00 ~ <p>消費生活相談室</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●栗山町芸能祭「芸能発表会」 / ☑ 10:00 ~ <p>リサイクル・農村ごみ</p>		<ul style="list-style-type: none"> ●一心書道展 / ☑ 10:00 ~ 8日まで <p>木曜お話し会 消費生活相談室</p>		