

～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12日**(火)
10:30～11:30
内 容 「親子遊び」
対 象 0歳～1歳5カ月の乳幼児と
その保護者

かんがるーグループ

日 時 **4月19日**(火)
10:30～11:30
内 容 「親子遊び・ママたちのおは
なし交流会」
対 象 3カ月～5カ月の乳児とその
保護者

こあらグループ

日 時 **4月26日**(火)
10:30～11:30
内 容 「こどもの日制作」
対 象 1歳6カ月～就学前の幼児と
その保護者

パクモグ相談

日 時 **4月15日**(金)
11:00～11:30
内 容 「生活リズムのお話」
※調理体験・試食はなし

移動子育てサロン

日 時 **4月8日**(金)
10:00～12:00
内 容 「親子制作・ママカフェ・絵
本の読み聞かせ」
場 所 角田農村環境改善センター

日 時 **4月22日**(金)
10:00～12:00
内 容 「親子制作・ママカフェ・絵
本の読み聞かせ」
場 所 継立南部公民館

休日開放

日 時 **4月9日**(土)、**24日**(日)
10:00～12:00
対 象 就学前の幼児とその保護者

子育て講座

日 時 **4月27日**(水)
11:00～11:30
内 容 「おはなしタイム～絵本を楽
しもう～」
講 師 町図書館司書
対 象 就学前の幼児とその保護者
申込期限 4月26日(火)まで

栗山めぐみ幼稚園

☎ 72-1459・72-4914

なかよし広場

日 時 **4月30日**(土)
9:00～13:00
内 容 「園長先生の手作りカレーと
制作活動」
対 象 園児・未就園児・小学生
参加費 400円
申込期限 4月22日(金)まで

児童センター

☎ 72-0801

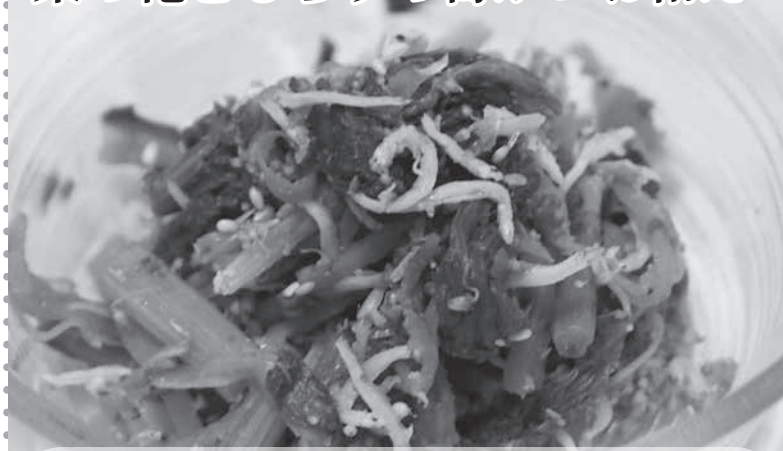
くりくり広場

日 時 **4月6日**(水)
10:30～11:30
内 容 「車でサーキット」
日 時 **4月20日**(水)
10:30～11:30
内 容 「こいのぼり制作」



★ 今月のいただきます

菜の花としらすの梅かつお和え



【材料：2人分】 1人分 40 キロカロリー

菜の花・・・100g かつお節（小袋）・1パック
ニンジン・・・10g しょうゆ・・・小さじ1/2
梅干し（大）・・・1個 白ごま・・・適量
しらす・・・大さじ2

菜の花は、栄養豊富な緑黄色野菜です。季節の野菜ではありますが、カリウムや鉄分などのミネラルやビタミンCも豊富に含まれ、貧血や美肌に効果があります。栄養や香り味わいが逃げてしまわないように、さっとゆでるか炒め物で食べることをお勧めします。

町管理栄養士 上西 洵子



<作り方>

- ①菜の花は、さっと塩ゆでし冷水にとり、絞って水気をしっかり切る。食べやすい大きさに切る。
- ②にんじんは食べやすい長さに千切りし、電子レンジで1分加熱する。
- ③梅干しは、種を取り実をつぶしておく。
- ④すべての材料をボウルに入れよく混ぜ、できあがり。

2016

4

April

くらしのカレンダー

☒ = 総合福祉センター「しゃるる」
 カ = 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
 ㊦ = 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 = 雨庭別小学校コカ・コア環境ハウス
 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 = まつば保育園
 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～

リサイクル・農村ごみ

【毎週水曜日】

朝8:30までにごみ出しを

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～

南部地区健康相談

【第1・3金曜日】

南部公民館 9:30～

1 (金)

2 (土)

★おはなしおもちゃ

ばこ / 図 / 11:00～

★サケ稚魚放流会 /

雨 / 10:30～

南部地区健康相談

3 (日)

4 (月)

5 (火)

6 (水)

7 (木)

8 (金)

9 (土)

 ●行政相談 / 角 /
10:00～

 ●くりくり広場「車で
サーキット」 / 児 /
10:30～

 ●運転免許更新時
講習 / ㊦ / (違反)
14:00～

 ●移動子育てサロン /
角 / 10:00～

 ●くりやま老舗まつ
り～10日まで※広報
23ページ参照

 ●「栗肥土」春の特別
販売 / 役場車庫前 /
9:00～

 ●子育て支援セン
ター休日開放 / 子 /
10:00～

いきいき・しゃるる健康相談

消費生活相談室

リサイクル・農村ごみ

木曜お話し会

消費生活相談室

10 (日)

11 (月)

12 (火)

13 (水)

14 (木)

15 (金)

16 (土)

 ●木の工房るか木彫
展 / カ / 10:00～
12日まで
●図書館映画「学校
の怪談 恐怖の学校
編」 / 図 / 14:00～

 ●行政相談 / ㊦ /
10:00～
●すみれサークル和
紙絵展 / ㊦ / 10:
00～30日まで

 ●ひよこグルー
遊びの広場 / 子 /
10:30～
●健康ストレッチ
ヨーガ教室 / ス /
11:00～(全3回)

 ●運転免許更新時
講習 / ㊦ / (優良)
14:00～(一般)
15:00～

 ●運動免許更新時講
習 / ㊦ / (優良)
14:00～(一般)
15:00～

 ●バクモグ相談 / 子 /
11:00～
●無料法律相談 / ㊦ /
13:00～

 ●図書館映画「知られ
ざる大英博物館」 /
図 / ① 10:15～②
14:00～

いきいき・しゃるる健康相談

消費生活相談室

消費生活相談室

リサイクル・農村ごみ

木曜お話し会

消費生活相談室

南部地区健康相談

17 (日)

18 (月)

19 (火)

20 (水)

21 (木)

22 (金)

23 (土)

 ●春の全町一斉清掃 /
町内各所 / 7:00～

 ●献血の日※広報33
ページ参照

 ●かんがるグループ
遊びの広場 / 子 /
10:30～
●児童センター「一
輪車検定」 / 児 /
14:30～

 ●くりくり広場「こ
いのぼり制作」 / 児 /
10:30～
●オレンジカフェ開
設 / ガーデンハウス
くりやま / 13:30～

 ●運転免許更新時講
習 / 栗山自動車学校 /
(初回) 14:00～
●育児サークルまめ
つ / 子 / 10:30～

 ●移動子育てサロン /
南 / 10:00～

 ●栗肥土春の特別販
売 / 役場車庫前 / 9:
00～

 ●子どもの読書週間記
念「おはなしかい」 /
図 / 11:00～

 ●町民ふれあい講座 /
㊦ / 13:30～

いきいき・しゃるる健康相談

消費生活相談室

町営バス無料の日

リサイクル・農村ごみ

3町職業相談

木曜お話し会

消費生活相談室

南部地区健康相談

24 (日)

25 (月)

26 (火)

27 (水)

28 (木)

29 (金)

30 (土)

 ●栗山ダムパークゴ
ルフコースオープン
●子育て支援セン
ター休日開放 / 子 /
10:00～

 ●児童センター「こ
ま検定」 / 児 /
14:30～

 ●こあらグルー
遊びの広場 / 子 /
10:30～

 ●子どもの読書週間記
念「ギャラリー展」 /
図 / 5月12日まで
●子育て講座 / 子 /
11:00～

 ●運動免許更新時講
習 / 栗山自動車学校 /
(初回) 14:00～
●育児サークルまめ
つ / 子 / 10:30～

 ●栗山公園・なかよ
し動物園オープン /
公 / 10:00～

 ●なかよし広場 / ㊦
/ 9:00～

 ●図書館映画「心の
旅路」 / 図 / ① 10:
15～② 14:00～

いきいき・しゃるる健康相談

消費生活相談室

消費生活相談室

リサイクル・農村ごみ

木曜お話し会

消費生活相談室

南部地区健康相談

5/1 (日)

5/2 (月)

5/3 (火)

5/4 (水)

5/5 (木)

5/6 (金)

5/7 (土)

いきいき・しゃるる健康相談

消費生活相談室

南部地区健康相談