

～7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 7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 7月19日(火)
10:30～11:30
内 容 「親子遊び・ベビーマッサージ・
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 7月26日(火)
10:30～11:30
内 容 「水遊び」
持ち物 水着または水遊び用オムツ・
バスタオル
対 象 1歳6カ月～就学前の幼児と
その保護者

休日開放

日 時 7月24日(日)
10:00～12:00

移動子育てサロン

月 日 7月1日(金)
場 所 児童センター
月 日 7月13日(水)
場 所 角田農村環境改善センター

月 日 7月20日(水)
場 所 南部公民館

時 間 10:00～12:00

子育て講座

日 時 7月5日(火)
10:30～11:15
内 容 「ミニ運動会」
持ち物 帽子・飲み物・汗拭きタオル

継立まつば保育園

☎ 75-2032

わくわく広場

日 時 7月29日(金)
10:00～11:00
内 容 「七夕制作」
対 象 就学前の幼児とその保護者

栗山めぐみ幼稚園

☎ 72-1459・72-4914

なかよし広場

日 時 7月16日(土)
9:00～13:00
内 容 「焼きそば作り」
対 象 園児・未就園児・小学生とそ
の保護者
参加費 400円
申込期限 7月8日(金)まで

栗山いちい保育園

☎ 72-1572

のびのび広場

日 時 7月29日(金)
10:00～13:00
内 容 「水遊び・給食試食会」
持ち物 水着または濡れてもよい服・
タオル
対 象 就学前の幼児とその保護者
参加費 給食費1食235円
(親子で470円)
申込期限 7月22日(金)まで



★ 今月のいただきます たっぷり夏野菜のラタティウコ



【材料：4人分】 1人分136キロカロリー

玉ネギ・・・・・・・・・・1玉	ホールトマト缶・・・・1缶
ピーマン・・・・・・・・・・2個	にんにく・・・・・・・・・・2かけ
パプリカ・・・・・・・・・・1個	オリーブオイル・・・・適量
ズッキーニ(小)・・・・1本	白ワイン・・・・・・・・・・40cc
なす(小)・・・・・・・・・・2本	ローリエ・・・・・・・・・・1枚
トマト・・・・・・・・・・1個	塩・・・・・・・・・・適量

ピーマンのビタミンCは、
食物繊維がしっかりしてい
るので加熱しても崩れにく
いです。赤パプリカには、
体脂肪を燃やす効果もあり
ます！

町管理栄養士 上西 洵子



<作り方>

- ①玉ネギは、繊維と垂直にスライス切りする。その
後1分間レンジにかける。
- ②ピーマン、パプリカ、トマトは大きめの一口
大に切る。ズッキーニ、なすは2cmくらいの
厚さの輪切りにする。
- ③深めのフライパン(または鍋)にオリーブオイ
ルをひき、玉ネギ、トマト以外の野菜を炒める。
炒めたら一度取り出しておく。
- ④③のフライパン(または鍋)にオリーブオイル
を少し足し、にんにく(みじん切り)を炒める。
香りが出てきたら、玉ネギを入れてきつね色
になるまで炒める。
- ⑤④にトマト、ホールトマトを加える。煮立っ
たら弱火にし、③の野菜を入れる。
- ⑥弱火のまま⑤に白ワイン、ローリエ、塩(3つ
まみくらい)を入れ20～30分間煮込んで出
来上がり。

2016

7

July

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

マ = 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 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～

木曜お話し会

【毎週木曜日】

図書館 11:00～



南部地区あんしん相談

【第1・3金曜日】

遊歩道の駅つぎたて 9:30～

3町職業相談

【第2木曜日】

勤労者福祉センター 13:00～

3 (日)	4 (月)	5 (火)	6 (水)	7 (木)	8 (金)	9 (土)
	● 継立まつば保育園 開放/☒/ 10:00～ 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～ ● 子育て講座/子/ 10:30～	● 栗山いちい保育園 開放/い/ 10:00～ ● くりくり広場/児/ 10:30～ リサイクル・農村こみ	● 育児サークルまめつこ/子/ 10:30～ ● 運転免許更新時講習/カ/ (優良) 14:00～ (一般) 15:00～ 木曜お話し会 消費生活苦情相談	● サマーフェスタ 2016in つぎたて 5/ 広報 7 ページ参照 南部地区あんしん相談	● 図書館映画「六月 燈の三姉妹」/図/ ① 10:15～② 14:00～ ● ロングナイトハイク/ハサンベツ里山/ 19:00～ ● 第68回栗山高等学校祭/広報 7 ページ参照
10 (日)	11 (月)	12 (火)	13 (水)	14 (木)	15 (金)	16 (土)
● 第24回参議院議員 通常選挙投票日/ 広報 4～5 ページ参照 ● ハサンベツ里山の 日作業日/ハサンベツ 里山/9:00～ ● ふる里山くり山学校/ 栗山ダム右岸広場/ 9:00～	● 行政相談/カ/ 10:00～ ● 継立まつば保育園 開放/☒/ 10:00～ ● 児童センター「こ ま遊び」/児/ 14:00～	● ひよこグループ遊 びの広場/子/ 10:30～ ● 児童センター「け ん玉遊び」/児/ 14:00～ ● 夏休みブックマラ ソン/図 (8月28 日まで) 町営バス無料の日 リサイクル・農村こみ	● 移動子育てサロン/ 角/ 10:00～ ● 栗山いちい保育園 開放/い/ 10:00～ 町営バス無料の日 リサイクル・農村こみ	● 運転免許更新時 講習/カ/ (違反) 14:00～ 3町職業相談 木曜お話し会 消費生活苦情相談	● パクモグ相談/子/ 10:30～ ● 無料法律相談/☒/ 13:00～ 南部地区あんしん相談	● なかよし広場/め/ 9:00～ ● 図書館映画「知ら れざる大英博物館」/図/ ① 10:15～ ② 14:00～ ● 第5回くりやま家 具・工房まつり/広 報 7 ページ参照
17 (日)	18 (月)	19 (火)	20 (水)	21 (木)	22 (金)	23 (土)
	● 継立まつば保育園 開放/☒/ 10:00～ ● 夏の交通安全運動 開始/広報 12 ページ 参照 (20日まで) いきいき・しゃるる健康相談 消費生活苦情相談	● かんがるグループ 遊びの広場/子/ 10:30～ ● 児童センター「竹 馬遊び」/児/ 14:30～	● 2年次実習報告 会/介護福祉学校/ 9:00～ ● 移動子育てサロン/ 南/ 10:00～ ● オレンジカフェ開 設/ガーデンハウス くりやま/ 13:30～ リサイクル・農村こみ	● 育児サークルまめつこ/子/ 10:30～ ● 夏の暴力追放運動 開始/広報 12 ページ 参照 (8月20日まで) 木曜お話し会 消費生活苦情相談	● 第41回くりやま夏 まつり/広報 6 ペー ジ参照 (23日まで) 南部地区あんしん相談	● 図書館映画「ボル ベーノ」/図/ ① 10:15～② 14:00～
24 (日)	25 (月)	26 (火)	27 (水)	28 (木)	29 (金)	30 (土)
● くりやまキッズサッ カーフェスティバル/ ふじスポーツ広場/ 9:00～ ● 子育て支援セン ター休日開放/子/ 10:00～ ● ホタル観賞/ハサン ベツ里山/ 19:30～	● 継立まつば保育園 開放/☒/ 10:00～ ● 児童センター「一 輪車検定」/児/ 14:30～ ● 栗山・継立地区少 年少女水泳教室/広 報 32 ページ参照 いきいき・しゃるる健康相談 消費生活苦情相談	● 手作り絵本作家に なろう/図/ 10:00～ (～27日) ● こあらグループ遊 びの広場/子/ 10:30～	● 栗山いちい保育園 開放/い/ 10:00～ ● くりくり広場/児/ 11:00～ ● 町営コミュニティ バス運休 (8月3日 まで) リサイクル・農村こみ		● のびのび広場/い/ 10:00～ ● わくわく広場/☒/ 10:00～ ● 無料法律相談/☒/ 13:00～ 木曜お話し会 消費生活苦情相談 南部地区あんしん相談	
31 (日)	8/1 (月)	8/2 (火)	8/3 (水)	8/4 (木)	8/5 (金)	8/6 (土)
● 子ども向け図書館 映画「小さな世界は ワンダーランド」/ 図/ 14:00～ いきいき・しゃるる健康相談 消費生活苦情相談	● 継立まつば保育園 開放/☒/ 10:00～ ● 町税納期限/広報 10 ページ参照	● 夏休み親子フラ ワーアレンジ教室/ 図/ 13:30～	● 栗山いちい保育園 開放/い/ 10:00～	● 作って遊ぼう「ビー 玉迷路」開拓記念館/ 10:00～ ● 育児サークルまめつこ/子/ 10:30～	● 移動子育てサロン/ 児/ 10:00～ 南部地区あんしん相談	● 第10回匠まつり/ 広報 7 ページ参照 ● 第2回JAそらち南 農業祭/広報 7 ペー ジ参照