

# ～ 3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・こあらグループ (合同)

日時 3月13日(火) 10:30～  
内容 「計測や手型・足型とり」  
対象 町内在住の就学前の乳幼児と保護者  
申込期限 3月9日(金)まで

### かんがるーグループ

日時 3月20日(火) 10:30～  
内容 「ベビーマッサージ・手作りおもちゃ・ママたちのおはなし交流会」  
対象 3カ月～5カ月の乳児と保護者

### お楽しみ会

日時 3月15日(木) 10:15～  
内容 親子で縁日を楽しもう・観劇・不用品バザー  
対象 町内在住の未就園児と保護者  
参加費 100円(子ども分)  
申込期限 3月14日(水)まで  
※午後のサロンはお休みですのでご了承ください。

### 移動子育てサロン

日時 3月14日(水) 10:00～  
場所 農村環境改善センター

### パクモグ相談

日時 3月16日(金) 10:30～  
内容 調理体験(要予約)・講話・試食

### 休日開放

日時 3月25日(日) 10:00～  
対象 就学前の乳幼児と保護者



## 栗山いちい保育園

☎ 72-1572

### 園開放

日時 3月7日、14日(水曜日)  
10:00～

## 継立まつば保育園

☎ 75-2032

### わくわく広場

日時 3月14日(水) 10:00～  
内容 「お買い物ごっこに参加しよう」  
対象 就学前の幼児と保護者  
申込期限 3月9日(金)まで

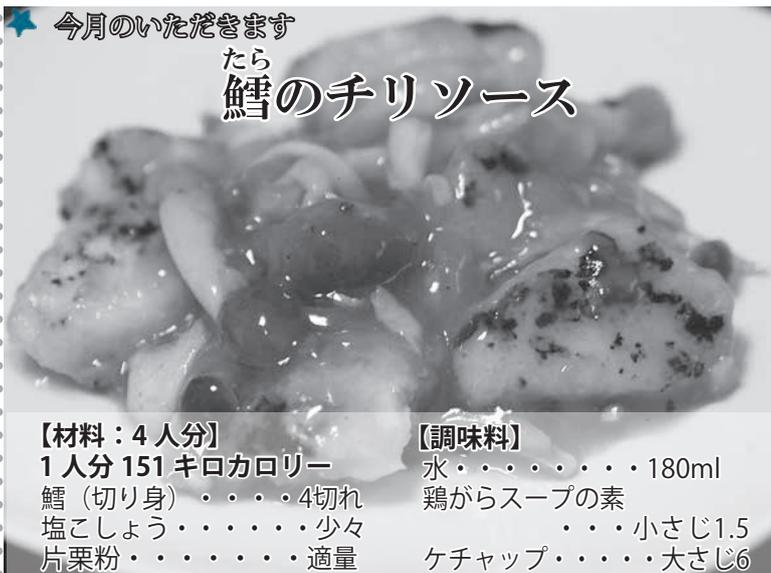
### 園開放

日時 3月5日、12日(月曜日)  
10:00～



### ★ 今月のいただきます

## たら 鱈のチリソース



#### 【材料：4人分】

1人分 151キロカロリー

鱈(切り身)・・・4切れ  
塩こしょう・・・少々  
片栗粉・・・適量  
しめじ・・・1パック  
玉ねぎ・・・1/2個  
しょうが(みじん切り)・・・1片分  
にんにく(みじん切り)・・・1片分  
豆板醤・・・小さじ1

#### 【調味料】

水・・・180ml  
鶏がらスープの素・・・小さじ1.5  
ケチャップ・・・大さじ6  
酒・・・大さじ2  
砂糖・・・大さじ2  
酢・・・大さじ3

#### 【水溶性片栗粉】

水・・・大さじ2  
片栗粉・・・大さじ1

鱈は冬の代表的な魚です。脂質が少なくたんぱく質が豊富な低カロリーな魚です。免疫機能や味覚の働きに関係する亜鉛も多く含まれます。



町管理栄養士 上西 洵子

#### <作り方>

- ① 鱈は一口大に切り、塩こしょうを振って片栗粉をまぶす。
- ② しめじは石づきを切り落とし、小房に分ける。
- ③ 玉ねぎは粗みじん切りにする。
- ④ 調味料の材料をすべて混ぜ合わせておく。
- ⑤ フライパンに油(分量外)をしき、両面に焼き色がつくまでやき、一度取り出す。
- ⑥ フライパンをふき、再度油(分量外)をしきしょうが、にんにく、豆板醤を加えて香りがたつまで炒める。
- ⑦ そこに玉ねぎとしめじを加え、しんなりするまで炒める。
- ⑧ ⑦に④を加え、混ぜ合わせ水溶性片栗粉を合わせる。
- ⑨ 全体にとろみがついたら⑤を戻し入れソースと絡めてできあがり。

# くらしのカレンダー



				1 (木)	2 (金)	3 (土)
				●育児サークルまめっこ / 子 / 10:30～  木曜お話会 消費生活苦情相談		●おはなしおもちゃばこ / 図 / 11:00～ ●第30回札幌ひなまつりコンサート / 区 / 17:30～
4 (日)	5 (月)	6 (火)	7 (水)	8 (木)	9 (金)	10 (土)
●子ども向け図書館映画「めいたんていラスカル きえたおはなのなぞ」 / 図 / 14:00～  あんしん相談 健康相談 消費生活苦情相談	●継立まつば保育園開放 / 区 / 10:00～  あんしん相談 健康相談 消費生活苦情相談	●手づくり絵本展示会 / 図 / 18日まで  南部地区あんしん相談	●栗山いちい保育園開放 / 区 / 10:00～ ●くりくり広場「体を使って遊ぼう」 / 区 / 10:30～  リサイクル・農村ごみ	●運転免許更新時講習 / 栗山自動車学校 / (初回) 14:00～  3 町職業相談 木曜お話会 消費生活苦情相談		●図書館映画「ハルをさがして」 / 区 / ① 10:15～② 14:00～ ●牛田克彦版画作品巡回展 / 町広報 31 ページ参照 ●ふゆの☆空ハイク / 町広報 30 ページ参照
11 (日)	12 (月)	13 (火)	14 (水)	15 (木)	16 (金)	17 (土)
	●継立まつば保育園開放 / 区 / 10:00～ ●行政相談 / 区 / 10:00～ ●児童センター「けん玉検定」 / 区 / 14:30～  あんしん相談 健康相談 消費生活苦情相談	●ひよこグループ・こあらグループ(合同) 遊びの広場 / 子 / 10:30～ ●児童センター「竹馬検定」 / 区 / 14:30～  消費生活苦情相談 リサイクル・農村ごみ	●栗山いちい保育園開放 / 区 / 10:00～ ●移動子育てサロン / 区 / 10:00～ ●児童センター「一輪車検定」 / 区 / 14:30～  消費生活苦情相談 リサイクル・農村ごみ	●運転免許更新時講習 / 区 / (優良) 14:00～(一般) 15:00～ ●児童センター「こま検定」 / 区 / 14:30～ ●夜の映画会「富士山麓野鳥たちの詩」 / 区 / 17:30～  木曜お話会 消費生活苦情相談	●パクモグ相談 / 子 / 10:30～ ●無料法律相談 / 町広報 23 ページ参照	
18 (日)	19 (月)	20 (火)	21 (祝)	22 (木)	23 (金)	24 (土)
		●かんばんグループ 遊びの広場 / 子 / 10:30～  南部地区あんしん相談		●運転免許更新時講習 / 区 / (違反) 14:00～  町営バス無料の日 木曜お話会 消費生活苦情相談		●ペーパーウェイト教室 / 町広報 30 ページ参照 ●国際交流のつどい / 町広報 31 ページ参照
25 (日)	26 (月)	27 (火)	28 (水)	29 (木)	30 (金)	31 (土)
●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 / 区 / 10:00～  あんしん相談 健康相談 消費生活苦情相談		●くりくり広場「お買い物ごっこ」 / 区 / 10:30～  消費生活苦情相談 リサイクル・農村ごみ		木曜お話会 消費生活苦情相談	●無料法律相談 / 町広報 23 ページ参照	●図書館映画「最高の人生のはじめ方」 / 区 / ① 10:15～② 14:00～

- ☎ = 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

- 区 = スポーツセンター
- 雨 = 雨煙別小学校 コカ・コー環境ハウス
- 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
- 山 = 栗山公園

- あんしん相談
- 【毎週月曜日】  
いきいき交流プラザ 9:30～
- 健康相談
- 【毎週月曜日】  
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】  
【毎月第2・4水曜日】  
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～
- 南部地区あんしん相談
- 【第1・3火曜日】  
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～

