

～ 1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 1月14日(火) 10:30～
内 容 運動あそび
対 象 町内在住の0歳から1歳5
カ月までの乳幼児と保護者

かんがるーグループ

日 時 1月21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 町内在住の3から5カ月の
乳児と保護者
持ち物 バスタオル

こあらグループ

日 時 1月28日(火) 10:30～
内 容 雪あそび
対 象 町内在住の1歳6カ月から
就学前までの幼児と保護者
持ち物 雪あそび用ジャンパー上下・
帽子・手袋・長靴

パクモグ相談・子育て講座

日 時 1月30日(木) 10:30～
内 容 知って得する薬のお話
講 師 ロイテ薬局 薬剤師
対 象 町内在住の子育て中の親
定 員 15人
※定員になり次第締め切ります。(託児あり)
調理体験・試食はありません。

移動子育てサロン

日 時 1月8日(水) 10:00～
場 所 農村環境改善センター
対 象 就学前の乳幼児と保護者

休日開放

日 時 1月26日(日) 10:00～
対 象 就学前の乳幼児と保護者

栗山めぐみこども園

☎ 72-4914

さくらんぼ広場 (園開放)

日 時 1月20日(月) 10:00～
内 容 雪あそび
対 象 就学前の乳幼児と保護者
持ち物 雪あそび用ジャンパー上下・
帽子・手袋・長靴

マロンキッズ保育園

☎ 76-7258

園開放

日 時 1月10日(金) 10:00～
内 容 雪あそび・ホールあそび
対 象 0歳から3歳までの乳幼児
と保護者
持ち物 雪あそび用ジャンパー上下・
帽子・手袋・長靴

栗山いちい保育園

☎ 72-1572

のびのび広場

日 時 1月22日(水) 10:00～
内 容 人形劇鑑賞
対 象 就学前の乳幼児と保護者
参加費 240円 (給食費1食分)
申込期限 1月15日(水)まで

園開放

日 時 1月8日、29日
水曜日 10:00～
日 時 1月15日(水) 10:00～
内 容 ゆきんこの日参加

継立まつば保育園

☎ 75-2032

わくわく広場

日 時 1月28日(火) 10:00～
内 容 ゆきんこ大会
対 象 就学前の乳幼児と保護者
参加費 500円 (親子給食費)
持ち物 雪あそび用ジャンパー上下・
帽子・手袋・長靴・箸・フォーク・スプーン
申込期限 1月20日(月)まで

園開放

日 時 1月6日、20日、27日
月曜日 10:00～

今月のいただきます

中華風なめこ雑炊

【材料 (2人分)】 カロリー:356kcal (1人分)

ご飯	2杯分	酒	大さじ1
なめこ	1袋	塩	小さじ2
玉ねぎ	1/4玉	水	4カップ
大根	100g	片栗粉	大さじ1
人参	20g	卵	1個分
チンゲン菜	1/2株	青ネギ	少々
鶏がらスープ	大さじ1	油	大さじ1

1月は年末年始の暴飲
暴食が続き、胃腸も
疲れ気味。胃腸を休
めるためには消化に
良いものを選び体を
休ませましょう。

毎月17日は「減塩の日」
1日6gの塩分をめざし
ましょう。



町管理栄養士 上西 洵子

<作り方>

- ①なめこは軽く水洗いしておく。
- ②玉ねぎ、大根、人参は細切り、チンゲン菜は葉を一枚ずつはがしておく。
- ③鍋に水と鶏がらスープ、酒、塩麴を入れて煮立てて、チンゲン菜以外の野菜を加えて3分程加熱する。
その後①とご飯、チンゲン菜を入れて1分程煮る。
- ④沸騰したら水溶き片栗粉、溶き卵を流し入れかき混ぜる。
- ⑤器に盛り小口切りした青ネギを散らす。ラー油をかけ塩(分量外)で味を整えてできあがり。

2020
1
January

くらしのカレンダー



			1 (祝)	2 (木)	3 (金)	4 (土)
5 (日)	6 (月)	7 (火)	8 (水)	9 (木)	10 (金)	11 (土)
●第30回少年ジェット「希望の翼」出発式／／8:45～	●消防出初式／町広報17ページ参照	●冬休み交流会／／10:00～ ●栗山地区新年交礼会／／17:30～	●移動子育てサロン／／10:00～		●園開放／／10:00～	●全町子どもかるた大会／／8:30～ ●おはなしおもちゃばこ／／11:00～
	あんしん相談 健康相談 南空知消費生活相談		南空知消費生活相談 リサイクル・農村ごみ	子ども発達サポートセンター「一般開放」 木曜お話し会 南空知消費生活相談		
12 (日)	13 (祝)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)	18 (土)
●栗山町成人式／／14:00～		●ひよこグループ遊びの広場／／10:30～ ●いきいき度測定会／折込チラシ参照	●くりくり広場／／10:30～ ●オレンジカフェ／町広報11ページ参照	●育児サークルまめっこ／／10:30～ ●運転免許更新講習／／(違反)14:00～ ●図書館映画「父と暮らせば」／／17:30～	●無料法律相談／町広報16ページ参照	●図書館映画「奇跡のパンダファミリー愛と涙の子育て物語」／／①10:15～②14:00～
	あんしん相談 健康相談 南空知消費生活相談		町営バス無料の日 リサイクル・農村ごみ	子ども発達サポートセンター「一般開放」 木曜お話し会 南空知消費生活相談	南部地区あんしん相談	
19 (日)	20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)	25 (土)
	●さくらんぼ広場／／10:00～ ●おもちゃクリニック／町広報10ページ参照 ●こま回し検定／／14:30～	●かんがるーグループ遊びの広場／／10:30～ ●竹馬検定／／14:30～	●のびのび広場／／10:00～	●運転免許更新講習／／(優良)14:00～(一般)15:00～		●図書館映画「ガラス☆ホッパー」／／①10:15～②14:00～
	あんしん相談 健康相談 南空知消費生活相談		南空知消費生活相談 リサイクル・農村ごみ	子ども発達サポートセンター「一般開放」 木曜お話し会 南空知消費生活相談		
26 (日)	27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)	31 (金)	
●休日開放日／／10:00～ ●図書館映画「14ひきのさむいふゆ」／／14:00～ ●冬の里山雪遊び／町広報20ページ参照	●けん玉検定／／14:30～	●わくわく広場／／10:00～ ●こあらグループ遊びの広場／／10:30～ ●なわとび検定／／14:30～		●パクモグ相談／／10:30～ ●一輪車検定／／14:30～ ●笑いヨガ講座／折込チラシ参照	●無料法律相談／町広報16ページ参照 ●障がい者に関する講演／町広報14ページ参照	
	あんしん相談 健康相談 南空知消費生活相談		リサイクル・農村ごみ	子ども発達サポートセンター「一般開放」 木曜お話し会 南空知消費生活相談		

= 総合福祉センター「しゃるる」
 = カルチャープラザ「Eki」
 = 役場
 = 農村環境改善センター
 = 南部公民館
 = 図書館
 = 栗夢プラザ
 = 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・コラー環境ハウス
 = 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
 = めぐみこども園
 = マロンキッズ保育園
 = 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」13:30～
南空知消費生活相談
【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 13:30～
子ども発達サポートセンター「一般開放」
【毎週木曜日】
総合福祉センター「しゃるる」2階 9:00～