

～ 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13日(火) 10:30～
内容 「水遊び」
対象 6カ月から1歳5カ月の乳幼児と保護者
定員 10組 (要予約)

こあらグループ

日時 7月20日(火) 10:30～
内容 「水遊び」
対象 1歳6カ月から未就園の幼児と保護者
定員 10組 (要予約)

かんがるーグループ

日時 7月27日(火) 11:00～
内容 「ベビーマッサージ・手作りおもちゃ作り」
対象 3・4・5カ月の乳児と保護者
持ち物 バスタオル

休日開放

日時 7月25日(日) 10:00～
対象 就学前の乳幼児と保護者
定員 7組 (要予約)

子育て講座

日時 7月29日(木) 10:30～
内容 「Let's 整理収納！お片づけセミナー」
講師 整理収納アドバイザー 松浦 亜矢さん
定員 10人 (要予約、託児あり)

移動子育てサロン

日時 7月14日(水) 10:00～
場所 農村環境改善センター
対象 角田地区在住の就学前の乳幼児と保護者

日時 7月21日(水) 10:00～
場所 南部公民館
対象 継立地区在住の就学前の乳幼児と保護者

※7月13・20・29日午前中の子育てサロンはお休みです。

マロンキッズ保育園

☎ 76-7258

マロン広場

日時 7月9日(金) 10:00～
内容 水遊び(洗濯ごっこなど)
対象 0歳から3歳までの乳幼児と保護者
持ち物 濡れた時の着替え、タオル

栗山めぐみこども園

☎ 72-4914

さくらんぼ広場

日時 7月12日(月) 10:00～
内容 室内あそび・園内見学
対象 就学前の乳幼児と保護者
申込み 7月9日(金)までに事前予約

栗山いちい認定こども園

☎ 72-1572

園開放

日時 7月14日、21日、28日(水) 10:00～
申込み 前日までに電話連絡

のびのび広場

日時 7月21日(水) 10:00～
内容 水遊び
対象 0歳から就学前の幼児と保護者

持ち物 水着、タオル
申込み 7月14日(水)まで
定員 5組 (要予約)
参加費 1食240円(親子で480円)
※参加の際は検温、マスクの着用をお願いします。

継立まつば保育園

☎ 75-2032

園開放

日時 7月5日、12日、26日(月) 10:00～
申込み 3組 (要予約)

のびのび広場

日時 7月28日(水) 9:30～
内容 しゃぼん玉遊び
対象 0歳から就学前の幼児と保護者
申込み 7月27日(火)まで (要予約)

※新型コロナウイルス感染症の状況により、事業を中止する場合がありますので、各施設にご確認ください。

今月のいただきます

夏野菜の梅味噌炒め



【材料 (4人分)】 カロリー:238kcal (1人分)

豚肉切り落とし	・・・	300g	ごま油	・・・	大さじ1
なす	・・・	3本	梅干し	・・・	2個
ピーマン	・・・	2個	味噌	・・・	大さじ2
パプリカ	・・・	1/4個	みりん	・・・	大さじ2
			酒	・・・	大さじ2

【梅干しの栄養】

クエン酸は疲れのもとである乳酸を分解してくれます。疲労回復にも効果があり、食欲増進作用もあるため夏バテ予防にも効果的です。

町管理栄養士 上西 洵子

<作り方>

- ①梅干しの種をとり、つぶして味噌・みりん・酒と混ぜておく。
- ②豚肉切り落としは食べやすい大きさに、ピーマン・パプリカはひと口大に切る。なすはひと口大に切り、塩水にさらしておく。
- ③フライパンにごま油と豚肉・なすを入れ中火で炒める。肉の色が変わったらピーマン・パプリカ・①を入れ2分ほど中火で炒め煮をして、なすがしんなりしたらできあがり。

くらしのカレンダー



4 (日)	5 (月)	6 (火)	7 (水)	8 (木)	9 (金)	10 (土)
●オオムラサキの幼虫観察会／町広報 28 ページ参照 ケアラー相談 あんしん相談 南空知消費生活相談			●くりくり広場／ 児 ／10:30～ ケアラー相談 リサイクル・農村ごみ	●ケアラー出張相談／ 角 ／9:30～ 子育て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	●手打ちそばの日／ マ ／11:00～ ケアラー相談 南部地区あんしん相談	●オオムラサキの幼虫観察会／町広報 28 ページ参照
11 (日)	12 (月)	13 (火)	14 (水)	15 (木)	16 (金)	17 (土)
●ハサンベツ山作業日／町広報 28 ページ参照 ●オオムラサキの幼虫観察会／町広報 28 ページ参照 ケアラー相談 あんしん相談 健康相談 南空知消費生活相談	●さくらんぼ広場／ め ／10:00～ ●こま検定／ 児 ／14:30～ ケアラー相談 あんしん相談 健康相談 南空知消費生活相談	●ひよこグループ遊びの広場／ 子 ／10:30～ ケアラー相談 南空知消費生活相談 リサイクル・農村ごみ	●移動子育てサロン／ 角 ／10:00～ ●竹馬検定／ 児 ／14:30～ ケアラー相談 南空知消費生活相談 リサイクル・農村ごみ	●ケアラー出張相談／ 南 ／9:30～ ●育児サークルまめっこ／ 児 ／10:30～ ●運転免許更新講習／ 角 ／(優良)1400～(一般)15:00～ 子育て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	●手打ちそばの日／ マ ／11:00～ ●なわとび検定／ 児 ／14:30～ ●無料法律相談／町広報 25 ページ参照 ケアラー相談 南部地区あんしん相談	●オオムラサキの幼虫観察会／町広報 28 ページ参照
18 (日)	19 (月)	20 (火)	21 (水)	22 (祝)	23 (祝)	24 (土)
●オオムラサキの幼虫観察会／町広報 28 ページ参照 ケアラー相談 あんしん相談 南空知消費生活相談	●おもちゃクリニック／ 子 ／10:00～ ●けん玉検定／ 児 ／14:30～ ケアラー相談 あんしん相談 南空知消費生活相談	●こあらグループ遊びの広場／ 子 ／10:30～ ●一輪車検定／ 児 ／14:30～ ケアラー相談 リサイクル・農村ごみ	●のびのび広場／ 子 ／10:00～ ●移動子育てサロン／ 南 ／10:00～ ケアラー相談 リサイクル・農村ごみ	●オオムラサキの幼虫観察会／町広報 28 ページ参照 ●運転免許更新講習／ 角 ／(違反)14:00～ 子育て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	●オオムラサキの幼虫観察会／町広報 28 ページ参照	●オオムラサキの幼虫観察会／町広報 28 ページ参照
25 (日)	26 (月)	27 (火)	28 (水)	29 (木)	30 (金)	31 (土)
●休日開放／ 子 ／10:00～ ●オオムラサキの幼虫観察会／町広報 28 ページ参照 ケアラー相談 あんしん相談 健康相談 南空知消費生活相談		●家族介護者交流会／ 交 ／10:30～ ●かがるーグループ遊びの広場／ 子 ／11:00～ ケアラー相談 あんしん相談 健康相談 南空知消費生活相談	●のびのび広場／ 子 ／10:00～ ケアラー相談 南空知消費生活相談 リサイクル・農村ごみ	●子育て講座「Let's 整理収納! お片づけセミナー」／町広報 27 ページ参照 子育て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	●手打ちそばの日／ マ ／11:00～ ●無料法律相談／町広報 25 ページ参照 ケアラー相談	●オオムラサキの幼虫観察会／町広報 28 ページ参照

シ = 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 = 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 = 雨窪別小学校コカ・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 = いちい認定こども園
ま = まつば保育園
め = めぐみこども園
マ = マロンキッズ保育園
交 = いきいき交流プラザ
ク = クリエイターズマーケット

ケアラー相談
 【毎週月・水・金曜日】
 いきいき交流プラザ 9:00～

あんしん相談
 【毎週月曜日】
 いきいき交流プラザ 9:30～
南部地区あんしん相談
 【第1・3金曜日】
 南部公民館 13:30～

木曜お話し会
 【毎週木曜日】
 図書館 11:00～
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～
 子育て発達サポートセンター一般開放
健康相談
 【第2・4月曜日】
 総合福祉センター「しゃるる」13:00～
 ※事前予約が必要です。