

～ 11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 11月9日(火) 10:30～
内 容 「親子遊び」
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)

移動子育てサロン

日 時 11月10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 11月24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

かんがるグループ

日 時 11月16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 11月28日(日) 10:00～
対 象 就学前の乳幼児と保護者
定 員 7組 (要予約)

こあらグループ

日 時 11月30日(火) 10:30～
内 容 親子遊び・パネルシアター
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)
※ 11月9日・30日午前中の子育て
サロンはお休みします。

マロンキッズ保育園

☎ 76-7258

マロン広場

日 時 11月12日(金) 10:00～
内 容 出張お話し会
対 象 0歳から3歳までの乳幼児
と保護者

栗山めぐみこども園

☎ 72-4914

さくらんぼ広場

日 時 11月8日(月) 10:00～
内 容 リトミック (リズム遊び)
対 象 就学前の乳幼児と保護者
申込み 11月5日(金)まで (要予約)

日 時 11月15日(月) 10:00～
内 容 リトミック (リズム遊び)
対 象 就学前の乳幼児と保護者
申込み 11月12日(金)まで (要予約)

栗山いちい認定こども園

☎ 72-1572

園開放

日 時 11月17日(水) 10:00～
申込み 前日までに要予約

のびのび広場

日 時 11月19日(金) 10:00～
内 容 小麦粉粘土で遊ぼう
対 象 0歳から就学前の乳幼児と
保護者
申込み 11月12日(金)まで
定 員 5組程度 (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 11月15日、22日、29日(月)
10:00～
申込み 1日3組 (要予約)

わくわく広場

日 時 11月26日(金) 9:30～
内 容 ホール遊び・入園体験
対 象 0歳から就学前の乳幼児と
保護者
申込み 11月19日(金)まで
定 員 5組 (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。
参加の際は検温を行い、体調の確認をお願いします。



【材料 (2人分)】
カロリー: 217kcal (1人分)

【豆苗の栄養】

豆苗は、豆も緑黄色野菜もとれるお得な野菜です。冬になると野菜の摂取が減りがちになりますが、季節に関係なく食べることができます。血管を守るビタミンA・C・Eが豊富に含まれています。

町管理栄養士 上西 洵子

<作り方>

- ①しいたけはスライス切り、しめじは手で適当な大きさにさく。豆苗と小松菜はよく洗い、4～5cmの長さに切る。玉ねぎとパプリカは薄めにスライス切りする。
- ②鮭の両面に軽く塩・こしょう (塩鮭の場合はこしょうだけ) を振り、野菜と魚が包めそうなアルミホイルにきのこ、野菜、鮭、レモン、バターの順で入れてアルミホイルで包む。
- ③フライパンに100cc程度の水を入れてから②を入れ、蓋をして蒸し焼きにする。
- ④沸騰してから弱めの中火で10分ほど蒸し焼きにしたらできあがり。

鮭	...	2切れ
しいたけ	...	1個
しめじ	...	20g
豆苗	...	20g
小松菜	...	1株
玉ねぎ (小)	...	1/4玉
パプリカ (赤)	...	10g
レモンの輪切り	...	1枚
バター	...	5g
塩こしょう	...	適量

くらしのカレンダー

1 (月)	2 (火)	3 (祝)	4 (木)	5 (金)	6 (土)
	●第55回栗山町菊花展(初日) / ㊦ / 13:00～	●第55回栗山町菊花展(2日目) / ㊦ / 9:00～ ●第30回カラオケ発表会 / ㊦ / 10:00～ ●青空図書館「オマチマン」親子コンサート / 町広報 24 ページ参照	●ケアラー出張相談 / ㊦ / 9:30～ ●第10回一心書道展(～7日) / ㊦ / 10:00～	●手打ちそばの日 / ㊦ / 11:00～	
	ケアラー相談 あんしん相談 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	ケアラー相談 南部地区あんしん相談	
7 (日)	8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)
	★さくらんぼ広場 / ㊦ / 10:00～	★ひよこグループ遊びの広場 / ㊦ / 10:30～	●移動子育てサロン / ㊦ / 10:00～	★人権教室 / ㊦ / 15:30～	★マロン広場 / ㊦ / 10:00～ ●手打ちそばの日 / ㊦ / 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		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	ケアラー相談
14 (日)	15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)
●ハサンベツ里山作業日 / 町広報 28 ページ参照 ●どリーむ(夢)キッズ&シニアオープニングセレモニー(内覧会) / 町広報 20 ページ参照	●図書館蔵書点検により休館(～18日) ●園開放 / ㊦ / 10:00～ ★さくらんぼ広場 / ㊦ / 10:00～	★かんがーグループ遊びの広場 / ㊦ / 11:00～ ★こま回し / ㊦ / 14:30～	●園開放 / ㊦ / 10:00～ ★体を動かして遊ぼう / ㊦ / 10:30～ ★けん玉遊び / ㊦ / 14:30～	●ケアラー出張相談 / ㊦ / 9:30～ ★育児サークルまめっこ / ㊦ / 10:30～ ●運転免許更新講習 / ㊦ / (優良)14:00～(一般)15:00～	★のびのび広場 / ㊦ / 10:00～ ●手打ちそばの日 / ㊦ / 11:00～ ●無料法律相談 / 町広報 22 ページ参照 ★なわとび検定 / ㊦ / 14:30～
	ケアラー相談 あんしん相談 南空知消費生活相談		ケアラー相談 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	ケアラー相談 南部地区あんしん相談
21 (日)	22 (月)	23 (祝)	24 (水)	25 (木)	26 (金)
	★園開放 / ㊦ / 10:00～		●移動子育てサロン / ㊦ / 10:00～	●運転免許更新講習 / ㊦ / (違反)14:00～	★わくわく広場 / ㊦ / 10:00～ ●手打ちそばの日 / ㊦ / 11:00～ ★一輪車検定 / ㊦ / 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		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	ケアラー相談
28 (日)	29 (月)	30 (火)			
★休日開放 / ㊦ / 10:00～	★園開放 / ㊦ / 10:00～	★こあらグループ「親子遊び・パネルシアター」 / ㊦ / 10:30～ ★竹馬検定 / ㊦ / 14:30～			
	ケアラー相談 あんしん相談 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 = 役場
 角 = 農村環境改善センター
 南 = 南部公民館
 ㊦ = 図書館
 ㊦ = 栗夢プラザ
 勤 = 勤労者福祉センター
 ㊦ = スポーツセンター
 雨 = 雨澤別小学校 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～
 ※11月から場所が変わりました。ご注意ください➡
 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】
 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～
 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～
 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。