

# ～ 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9日(火) 10:30～  
内容 「音楽遊び」  
対象 0歳～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16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

### こあらグループ

日時 1月23日(火) 10:30～  
内容 「親子遊び」  
参加費 350円  
対象 1歳6カ月～就学前の幼児と保護者

### 子育て講座

#### 栗山町議員との懇談会

日時 1月29日(月) 10:30～  
対象 町在住の子育て中の保護者(託児あり)  
定員 15人(要予約)  
申込期限 1月26日(金)まで

### 移動子育てサロン

日時 1月10日(水) 10:00～  
場所 農村環境改善センター  
内容 「親子遊び・お茶タイム・絵本の読み聞かせ」  
対象 就学前の乳幼児と保護者

### 休日開放

日時 1月28日(日) 10:00～  
内容 親子自由遊び・絵本タイム  
対象 就学前の乳幼児とその保護者

## 栗山いちい保育園

☎ 72-1572

### のびのび広場

日時 1月23日(火) 10:00～  
内容 「劇団えりっこによる演劇鑑賞会」  
対象 就学前の幼児と保護者  
参加費 235円(給食費1食分)  
申込期限 1月16日(火)まで

### 園開放

日時 1月10日、17日、24日、31日  
(水曜日) 10:00～  
※17日は「ゆきんこの日」です。

## 継立まつば保育園

☎ 75-2032

### わくわく広場

日時 1月31日(水) 10:00～  
内容 「ゆきんこ大会・会食会(豚汁・みかん)」  
持ち物 防寒具・おにぎり・おしぼり・飲み物  
参加費 200円(1世帯)  
申込期限 1月24日(水)まで  
対象 就学前の乳幼児と保護者

### 園開放

日時 1月15日、22日、29日  
(月曜日) 10:00～



### ★ 今月のいただきます

## 鮭と白菜のゆず風煮



#### 【材料：4人分】

1人分 164キロカロリー

鮭の切り身・・・3切れ  
白菜(小)・・・1/4株  
まいたけ・・・1パック  
だし汁・・・1カップ強  
ゆずの皮・・・1/2個分

酒・・・大さじ3  
しょうゆ・・・大さじ3  
砂糖・・・大さじ1/2  
みりん・・・大さじ2  
しぼったゆずの果汁・・・適量

白菜は、食物繊維が豊富かつ低カロリーでダイエットや整腸作用に効果があります。カリウムも含まれているので高血圧予防にも効果があります。



町管理栄養士 上西 洵子

#### <作り方>

- ①鮭は、1切れを3つにそぐように切る。
- ②両面に塩こしょう(分量外)をふり、片栗粉(分量外)を薄くまぶす。
- ③白菜は、縦半分に切り、2～3cm幅に切る。
- ④まいたけは、手で小さくちぎる。
- ⑤鍋に③を敷き詰め、だし汁を加え沸騰させる。
- ⑥沸騰したら①を入れ、酒、しょうゆ、砂糖、みりん、ゆずの果汁を入れ、千切りしたゆずの皮を散らし中火で10分煮る。
- ⑦最後にまいたけを加え、2分煮て出来上がり。

# くらしのカレンダー

1月	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)
					<ul style="list-style-type: none"> <li>★おはなしおもちゃばこ/図/11:00~</li> <li>●出初めはしごのりおよび出初め式/町広報35ページ参照</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>●成人式/丸/13:00~</li> <li>●子ども向け図書館映画「おばけのてんぷら」/図/14:00~</li> <li>●栗山地区新年交礼会/丸/17:30~</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●行政相談/丸/10:00~</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>★ひよこグループ遊びの広場/子/10:30~</li> <li>●手づくり絵本作家になろう/図/10日まで</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●栗山いちい保育園開放/雨/10:00~</li> <li>●移動子育てサロン/図/10:00~</li> <li>●くりくり広場「冬休みくりくり広場」/雨/10:30~</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●運転免許更新時講習/栗山自動車学校/初回)14:00~</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>●新年餅つき交流会/ス/9:00~</li> <li>●友田多喜雄さん講演会/図/9:00~</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●継立まつば保育園開放/雨/10:00~</li> <li>●行政相談/丸/10:00~</li> <li>●児童センター「こま検定」/雨/14:30~</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>★かんがるグループ遊びの広場/子/10:30~</li> <li>●児童センター「クリスマス制作」/雨/14:30~</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●栗山いちい保育園開放/雨/10:00~</li> <li>●オレンジカフェ/町広報35ページ参照</li> <li>●児童センター「節分制作」/雨/14:30~</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●育児サークルまめっこ/子/10:30~</li> <li>●運転免許更新時講習/丸/14:00~(違反)</li> <li>●夜の映画会「思い出の鉄道」/図/17:30~</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●パクモグ相談/子/10:30~</li> <li>●無料法律相談/町広報34ページ参照</li> <li>●グリーン・ツーリズム推進協議会写真コンテスト/町広報32ページ参照</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>あんしん相談</li> <li>健康相談</li> <li>消費生活苦情相談</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>南部地区あんしん相談</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>町営バス無料の日</li> <li>リサイクル・農村ごみ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>3町職業相談</li> <li>木曜お話会</li> <li>消費生活苦情相談</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>●継立まつば保育園開放/雨/10:00~</li> <li>●児童センター「竹馬検定」/雨/14:30~</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>★こあらグループ遊びの広場/子/10:30~</li> <li>●児童センター「こま回し検定」/雨/14:30~</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●栗山いちい保育園開放/雨/10:00~</li> <li>●児童センター「竹馬検定」/雨/14:30~</li> <li>●栗山町農泊フォーラム/町広報38ページ参照</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●運転免許更新時講習/丸/14:00~(優良)</li> <li>●夕張川自然再生協議会シンポジウム/町広報38ページ参照</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●図書館映画「海角七号」/図/①10:15~②14:00~</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>あんしん相談</li> <li>健康相談</li> <li>消費生活苦情相談</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>消費生活苦情相談</li> <li>リサイクル・農村ごみ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>木曜お話会</li> <li>消費生活苦情相談</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>●子育て支援センター休日開放/子/10:00~</li> <li>●冬の里山雪遊びスノーシュートレッキング/町広報38ページ参照</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●継立まつば保育園開放/雨/10:00~</li> <li>●子育て講座/雨/10:30~</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●児童センター「けん玉検定」/雨/14:30~</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●わくわく広場/雨/10:00~</li> <li>●栗山いちい保育園開放/雨/10:00~</li> <li>●シニア向け「お仕事説明会」inくりやま/町広報32ページ参照</li> <li>●町税納期限</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>あんしん相談</li> <li>健康相談</li> <li>消費生活苦情相談</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>リサイクル・農村ごみ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>木曜お話会</li> <li>消費生活苦情相談</li> </ul>	



- ☒ = 総合福祉センター「しやるる」
- 丸 = 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 = 雨煙別小学校 コカ・コラ環境ハウス
- 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

- 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「しやるる」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2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~