

2月の子育て支援事業



| 日程 | 時間 | 事業名 | 内容 | 対象 | 場所 | 予約 | 担当 |
|---|-------------|---------------|---------------------------|--------------------------------|---------------|-----|-----------------------|
| 2/12(火)・15(金)・ 19(火)・22(金)・ 26(火)・28(木)・ 3/5(火)・8(金) | 9:00-12:00 | あそび場 | スキンシップ・ ストレッチ などの遊び | 発達が ゆっくりの お子さんと 保護者さん | ほっとくらぶ | 不要 | ほっとくらぶ (377-3522) |
| 2/20(水) | 10:00-12:00 | ほっとする 親の会 | 茶話会 | 発達が ゆっくりの お子さんと 保護者さん | ほっとくらぶ | 不要 | |
| 3/1(金) | 9:00-12:00 | | | | | | |
| 2/18(月)・25(月) 3/4(月) | 10:00-12:00 | 親子で遊ぼう | 自由遊びなど | 未就園児 | 児童館 | 不要 | 子育て健康課 (377-5652) |
| 3/7(木) | 10:00-12:00 | 親子ふれあい事業 | 集団遊びなど | 未就園児 | 児童館 | 要予約 | 社会福祉協議会 (377-2941) |
| 2/24(日) | 10:00-12:00 | 朝日こども 将棋教室 | 将棋遊び | 小学生 | 教育文化施設 | 不要 | |
| 2/23(土)・ 3/9(土) | 15:00-15:30 | おはなし会 | 絵本の読み 聞かせなど | お話を聞き たい方は どなたでも | あさひ ライブラリー | 不要 | 教育文化施設 (377-6111) |

*最終ページに子育て健康課の子育て事業を掲載していますので、ご覧ください。

*お問い合わせは、各担当者にご連絡ください。

朝日町食生活改善推進協議会 クッキングプラザ

お腹まわりが
気になる方にお勧め。
食物繊維が豊富な
レシピです。

甘酢七福菜



材料(4人分)

| | |
|---------------|-----------------|
| ごぼう……………60g | いんげん……………4本 |
| にんじん……………80g | しょうゆ……………大さじ1 |
| たけのこ……………80g | |
| れんこん……………80g | ★ はちみつ……………大さじ1 |
| こんにゃく……………80g | 水……………大さじ2 |
| しいたけ……………4枚 | 片栗粉……………小さじ1 |

作り方

- ①ごぼう、にんじん、たけのこ、れんこんは一口大に切り、下茹でをしておく。
こんにゃくは茹でて、あく抜きをする。
いんげんは色よく下茹でをしておく。
- ②下ごしらえをした野菜をフライパンで炒める。
- ③★の合わせ調味料を煮からめて、とろみをつける。
- ④いんげんを添えて、器に盛り付ける。

『テレビ』+『ネット』+『電話』

ケーブルテレビでまとめておトク!!!

お申込み・お問い合わせは、

☎ 0120-615722 まで



有料広告掲載欄