

3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
3/12(火)・15(金)・19(火)・22(金)・26(火)・29(金)・4/2(火)・4(木)・9(火)	9:00-12:00	あそび場	スキンシップ・ストレッチなどの遊び	発達がゆっくりに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)
4/5(金)	9:00-12:00	ほっとする会 親の会	茶話会	発達がゆっくりにお子さんと保護者さん	ほっとくらぶ	不要	
3/11(月)・4/8(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)
3/18(月)	10:00-11:00	親子リズム遊び	リズム遊び	未就園児	保健福祉センター	不要	
3/14(木)・21(木)・28(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)
3/24(日)	13:00-15:00	朝日こども将棋大会	将棋遊び	小学生	保健福祉センター		
3/23(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

カルシウム
たっぷりのスープです。
牛乳、乳製品が苦手な方
にお勧めです。

小松菜のスープ



材料(4人分)

小松菜……………120g 固形ブイヨン……………1個
しめじ……………40g 水……………600cc
長ねぎ……………40g 塩……………1g
にんじん……………20g こしょう……………少々
さくらえび……………6g

作り方

- ①小松菜は3cm長さに切る。しめじは石づきを取りほぐす。長ねぎは3cm長さの斜め切りにし、にんじんも3cm長さのせん切りにする。
- ②鍋に水と固形ブイヨンを入れ火にかけ、沸いてきたら、にんじんを入れ8分目まで火が通ったら、長ねぎ、しめじ、小松菜の軸、さくらえび、小松菜の葉の順に入れ塩、こしょうで味を調える。

お困りではありませんか？

早めのご相談を！

例えば…

- 交通事故・示談の話が進まない…
- 借金・毎月の返済に追われています…
- 相続・兄弟でもめてしまっています…
- 離婚・調停や裁判の対応はどうすれば？
その他 慰謝料・不動産・会社法務など

近鉄四日市駅から徒歩1分！南改札口(東口)すぐ！

四日市市浜田町5番27号 第3加藤ビル5階
(1階にJTBが入ったビル)



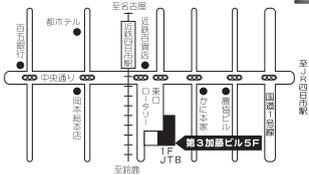
「お気軽にお電話ください」 土曜日や夜間も対応可(要予約)
「経験を積んだ弁護士が迅速&丁寧に対応します！」

- ◆交通事故・借金問題のご相談は無料です◆
- ◆一般法律相談料(初回) 30分 5,250円(税込)◆

《予約制》☎059-350-2080

おいち
尾市法律事務所

弁護士 尾市淳二 (三重弁護士会所属)
(財)日弁連交通事故相談センター三重県支部相談員
鈴鹿市役所市民法律相談担当弁護士



有料広告掲載欄