



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
3/11(火)・14(金)・18(火)・25(火)・28(金) 4/1(火)・3(木)・8(火)・10(木)	9:00-12:00	あそび場	スキンシップ・ストレッチなどの遊び	発達がゆっくりの児と保護者	ほくらとが	不要	ほっとくらぶ (377-3522)
3/19(水)	10:00-12:00	ほっとする会	茶話会				
4/4(金)	9:00-12:00	親の会					
3/17(月) 4/7(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	カンガルーあさひ (377-5652)
3/13(木)・20(木)・27(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)
3/29(土)	13:00-15:00	朝日こども将棋大会	将棋遊び	小学生 中学生	保健福祉センター		
3/29(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)
3/26(水)	10:00から (15分~20分程度)	乳幼児向けおはなし会	絵本の読み聞かせや手遊びなど	乳幼児			

*最終ページにその他の子育て事業を掲載していますので、ご覧ください。

*お問合せは、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

魚が苦手なお子様におすすめしたいお料理です。

あじのさんが焼き



材料(4人分)

まあじ……………80g×4切れ	レモン……………1/2個
にら……………100g	春菊……………80g
山芋……………20g	オリーブ油……………大さじ1
酒……………大さじ2	粒マスタード……………大さじ1
赤みそ……………大さじ1	レモン汁……………小さじ2
土生姜……………10g	砂糖……………小さじ1
片栗粉……………大さじ2	リンゴ……………小玉1/2個
小麦粉……………大さじ2	アーモンドスライス……………20g
油……………小さじ4	

作り方

- あじは骨と皮を取り除いてから、粗刻みにたたく。
- にらは根元を切り落としてから、1cmの小口に切る。
- 山芋は皮をむいてすりおろす。
- ボールに①~③を入れて、よく混ぜ合わせる。
- 酒・赤味噌・すりおろした土生姜を加えて混ぜ、さらに片栗粉を入れてよく混ぜる。
- 1人2個当たるように丸く平たく整形する。
- フライパンを熱して油を入れる。⑥に小麦粉をまぶしながらフライパンに入れて、両面をこんがり焼いてからふたをして蒸し焼きにする。
- 付け合せを作る。りんごはきれいに洗って、皮つきのまま5mm幅のいちょう切りに切る。
- 春菊はきれいに水洗いして、葉の柔らかい部分だけを3cmの長さに切る。
- ボールにAでドレッシングを作り、そこへ春菊とりんご、アーモンドを加えてよく馴染ませる。
- お皿に彩りよく盛り付けて、くし型レモンを添える。

4/13
(日)AM10時~
雨天の場合20日

ひなた農園で

たけのこほりませんか?

当日はたけのこほりの後、たけのこの丸焼きとたけのこの刺身の試食会がございます。

参加費用：中学生以上500円、小学生以下無料

準備：汚れても構わない動きやすい服装でおこしください。

(お持ちなら長靴・軍手・スコップなどをご用意ください。)

開催前日までにTEL、FAX、メールなどでお申し込みください。

駐車場が限られているため、可能な限り乗り合わせて来ていただきますようお願いいたします。

ひなた農園

ファミリーマート あさひ向陽台店

スーパーセンターオークワ
みえ朝日インター店

みえ朝日入口

理純

ファミリーマート
広永店

株式会社ひなた

三重県四日市市時田2丁目6-2

☎:059-361-2360 ☎:059-361-2361

✉:kk_hinata@alpha.ocn.ne.jp

営業時間:9:00~17:00(土・日祝日を除く)

有料広告掲載欄