

9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
9/12(金)・16(火)・19(金)・26(金)・30(火)・10/2(木)・7(火)・10(金)	9:00-12:00	あそび場	スキンシップ・ストレッチなどの遊	発達障害者 発育遅れ者 児童保護者	ほっとくらぶ	不要	ほっとくらぶ (377-3522)
9/17(水)	10:00-12:00	ほっとする会	茶話会				
10/3(金)	9:00-12:00	親の会					
9/29(月)	10:00-11:00	親子リズム遊び	リズム遊び	未就園児	児童館	不要	カンガルーあさひ (377-5652)
10/6(月)	10:00-12:00	親子で遊ぼう	自由遊びなど				
9/11(木)・18(木)・25(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)
9/13(土)・27(土)	15:00-15:30	おはなし会	絵本の読み聞かせなど	乳幼児	あさひライブラリー	不要	教育文化施設 (377-6111)
9/24(水)	10:00~ (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				

*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

甘酢ドレッシングで美味しく
減塩できるサラダです。

キャベツの甘酢サラダ



材料(4人分)

キャベツ	100g	A	酢	大さじ2
にんじん	80g		はちみつ	小さじ2
ミックスピーズ	60g		塩	1g
さくらえび	4g		こしょう	少々

作り方

- ①キャベツは、2cm角の色紙切りにし、さっとゆでる。
にんじんは薄いいちょう切りにし、ゆでる。
ミックスピーズは、袋から出し
- ②ボールでAを混ぜ、さくらえびを入れる。
- ③器に①を盛り付け、食べる直前に②のドレッシングをかける。

エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
106kcal	6.3g	1.8g	0.4g

『交通事故・借金問題・相続・離婚・不動産・その他法律問題』で

交通事故
保険会社の対応に納得できません。これからの交渉はどうすれば...?

借金
借金が困っています。会社やお店はどうすれば...?

相続
遺産分割の話合いがこじれています。

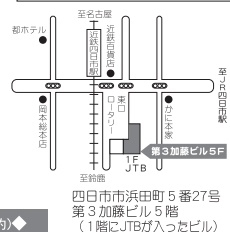
離婚
調停や裁判の対応の仕方がわかりません。など...

お困りではありませんか?

「安心してご相談ください!
お一人お一人私が丁寧に
対応します!」



近鉄四日市駅から徒歩1分!
南改札口(東口)すぐ!



有料広告掲載欄

尾市法律事務所

《予約制》

☎ 059-350-2080

◆土曜日や夜間も対応可(要予約)◆

◆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 5,000円(税別)◆

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