

10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
10/11(火)・14(金)・ 18(火)・21(金)・ 25(火)・28(金)・ 11/1(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 子 ど も と 保 護 者	ほっとくらぶ	不 要	ほっとくらぶ (377-3522)
10/19(水)	10:00-12:00	ほ っ と す る 親 の 会	茶 話 会				
11/4(金)	9:00-12:00						
10/17(月)・24(月)・ 31(月)・11/7(月)	10:00-11:30	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－ あ さ ひ (377-5652)
11/10(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)

*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

あらめは7～9月に伊勢志摩を
中心とした海でとれる海藻です。

あらめの酢の物



材料(4人分)

あらめ(乾).....4g
きゅうり.....80g
青しそ.....6g
かにかまぼこ.....20g

A 酢.....大さじ2
砂糖.....大さじ1
しょうゆ.....小さじ1

作 り 方

- ①あらめは、ざっと水洗いして、たっぷりの水につけて戻し、水気をよく切る。
- ②きゅうり、青しそは、せん切りにする。
かにかまぼこは、細くほぐす。
- ③Aを耐熱容器に入れ、電子レンジで10～20秒加熱し砂糖を溶かす。
- ④ボールに①と②を入れ、③であえる。

エネルギー	たんぱく質	脂 質	塩 分
21kcal	1.1g	0.1g	0.4g

有料広告掲載欄

サービスタイム
毎日実施中!

*** 大好評 ***

得 打ち放題! 2時間

木曜 朝 9:30～12:00(1F打席)
金曜 朝 9:30～13:00(1F打席)
金曜 夜 18:00～22:00(2F打席)

緑さわやかな230ヤード練習場

綺麗なグリーンアプローチ場完備!どなた様でもご利用いただけます!

秋のスクール生募集中! Jr. ジュニアクラスも受付中!

小学1年生～中学3年生

ブリヂストンゴルフアカデミー生募集中

ブリヂストンゴルフアカデミー
レッスンタイムテーブル

	月	火	水	木	金	土	日
9:00							
10:30							
13:00							
15:00							
17:00				Jr.	Jr.	Jr.	Jr.
19:00							
20:30							

金曜日は 1日 サービスDAY!

大桑園道大山田団地
入口より0.5km

近鉄本線
桑名駅
国造1号線
至23号線

大山田団地
至員弁町

北勢ゴルフスクール
桑名インター

北勢ゴルフスクール

イオン桑名北向かいすぐ

TEL (0594) 23-1145

受付時間
平日 9:30-22:00
土日祝 8:30-22:00