

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
3/13(火)・16(金) 23(金)・27(火)・ 30(金) 4/3(火)・5(木)・ 10(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	発達がつっ くりとお子 さんと保護 者さん	ほっとくらぶ	不要	ほっとくらぶ (377-3522)
3/21(水)	10:00-12:00	ほっとする 親の会	茶話会	発達がつっ くりとお子 さんと保護 者さん	ほっとくらぶ	不要	
4/6(金)	9:00-12:00						
3/12・19 4/9(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)
3/27(火)	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	
3/15-22(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)
3/25(日)	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		
3/24(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

豆腐とAをミキサーにかけると
よりなめらかなソースになります。

海藻と根菜の豆腐ヨーグルトかけ



材料(4人分)

海藻ミックス	15g	A {	練りからし	小さじ1
ごぼう	50g		味噌	10g
蓮根	60g		砂糖	小さじ1
酢	小さじ1		プレーンヨーグルト	100g
人参	50g		白すりごま	小さじ2
絹ごし豆腐	100g			

作り方

- ①海藻ミックスは水につけて戻し、水気を切る。
- ②ごぼうは、皮をこそげ、千切りにし、蓮根は皮をむいて薄切りにして酢水に漬ける。
酢を加えた熱湯で茹で、ザルに上げる。
- ③人参は細切りにしてさっと茹でる。
- ④豆腐は布巾に包んで水切りにし、ボールに入れてスプーンでつぶす。Aを加え、混ぜ合わせてソースを作る。
- ⑤器に①～③を混ぜ合わせて盛り付け、④のソースをかけて上にすりごまを散らす。

有料広告掲載欄

ケーブルテレビでまとめておトク!!

『テレビ』+『ネット』+『電話』=月々4,600円~

お申込み・お問い合わせは、

☎ 0120-615722 まで

