

# 12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
12/11(火)・14(金)・ 18(火)・20(木)・ 25(火)・1/8(火)	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)
12/19(水)	10:00-12:00	ほっとする 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	
12/17(月)・ 1/7(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	子育て健康課 (377-5652)
1/10(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)
12/9(日)	10:00-12:00	朝日こども 将棋教室	将棋遊び	小学生	教育文化施設	不要	
12/22(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

コレステロールが高い方  
にお勧めの食物繊維たっぷりの  
スープです。

### もずくのスープ



#### 材料(4人分)

にんじん.....40g	はりしょうが.....10g
玉ねぎ.....60g	ねぎ.....10g
生しいたけ.....40g	鶏ガラスープの素...小さじ1
しめじ.....40g	しょう油.....小さじ1
えのき.....40g	ごま油.....小さじ1
生もずく.....40g	水.....400cc

#### 作り方

- ①にんじん、玉ねぎ、生しいたけは千切りにする。しめじは小房に分けておく。えのきは石づきを取り1/2に切る。生もずくは3cmの長さに切っておく。
- ②鍋に鶏がらスープの素と水を入れ、にんじん、玉ねぎを入れる。にんじんが柔らかくなったら生しいたけ、しめじ、えのき、生もずくを入れしょう油、ごま油で味を調える。
- ③お椀に盛り付け、はりしょうがとねぎを乗せる。

## 介護付有料老人ホーム エクセレントあさひ

- ★介護認定、要介護1以上の方から入居いただけます。
- ★認知症の方も安心して入居いただけます。
- ★看取りについてもご相談ください。

～ゆっくり・楽しく・家族のように豊かな生活がテーマです～



ぜひ一度見学に  
お越し下さい!



## 医療法人 福島会

すべての人に微笑みを!

— 医療・介護を通して地域社会に貢献する —

☎376-2008

有料広告掲載欄