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(金)・15(火)・18(金)・22(火)・24(木)・25(金)・31(木)・4/5(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）
3/16(水)	10:00-12:00	ほっとする親の会	茶話会				
4/1(金)	9:00-12:00						
3/14(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）
3/17(木)・24(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）
3/12(土)・26(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）
3/23(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	乳幼児			

＊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

お味噌汁に牛乳を加えた“乳和食”です。
減塩対策にもおすすめです。

あすか汁

材料（4人分）

- ごぼう……60g
- 人参……60g
- 大根……100g
- ごま油……小2
- だし汁……2カップ
- わかめ（乾）……4g
- えのき……40g
- 生姜……10g
- 牛乳……100cc
- 赤みそ……18g
- かいわれ大根……1/4パック

作り方

①わかめは水で戻し、ごぼうはささがき水にさらす。
②人参、大根はいちょう切りにする。
③えのき、カイワレ大根は根を切り取り3等分にする。
④しょうがは千切りにして水にさらす。
⑤鍋にごま油を入れごぼう、人参、大根を炒める。
⑥⑤にだし汁を入れ、やわらかく煮る。
⑦わかめ、えのき、しょうがを入れる。
⑧赤みそ、牛乳を入れる。
⑨器に入れ、カイワレ大根を散らす。

有料広告掲載欄

自分のライフスタイルに合わせてレッスン時間が選べる!
ひとり一人の目標にあわせた新しいレッスン。

＊大好評＊
手入れの行き届いた
綺麗なグリーンアプローチ場完備

サービスタイム毎日実施中！

初心者から上級者まで

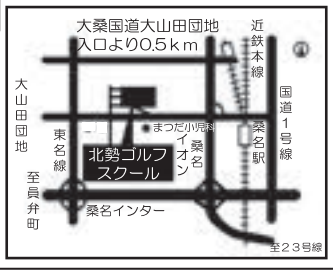
ブリヂストンゴルフアカデミー生募集中！！

2時間 打ち放題あり！
木 9:30～12:00　金 9:30～13:00 18:00～22:00

3/31までは！平日の夜も！
平日 月曜日～木曜日の夜
20:30～22:00まで 打ち放題やってます！

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	●	●	●	●	●	●	●



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