

4 Apr.2022 Calendar

4/6 WED	広報4月号、お知らせ 小・中学校入学式
7 THU	
8 FRI	醸芳幼稚園入園式
9 SAT	
10 SUN	◎なかのクリニック ☎575-2246
11 MON	健康相談日
12 TUE	4か月児(R3年11月生)・7か月児健診(R3年8月生)、ブックスタート
13 WED	
14 THU	一般成人講座「半田山登山記を読む」①
15 FRI	ホールボディカウンタ測定会
16 SAT	
17 SUN	◎ながえクリニック ☎575-1118
18 MON	
19 TUE	10・11か月児健診(R3年4～5月生)
20 WED	お知らせ版 一般成人講座「ラッピング講習会」
21 THU	
22 FRI	献血
23 SAT	
24 SUN	マイナンバーカード休日窓口(予約制)、キッズスクール ◎まつもとクリニック ☎582-4800
25 MON	
26 TUE	すくすくカフェ「ママトーク」
27 WED	
28 THU	教育委員会定例会
29 FRI	◎ミツバチいたみと眠りのクリニック ☎572-5328
30 SAT	
5/1 SUN	◎梁川病院 ☎577-2155
2 MON	
3 TUE	◎遠藤内科医院 ☎582-6788
4 WED	◎大木内科医院 ☎575-3343

●イコーゼ ●やすらぎ園 ◎休日当番医
◆母子手帳交付・すくすくの日
【子育て支援センター】:イコーゼ 10:00～11:30
♥ベビールーム(1か月～1歳5か月ごろのお子さんと保護者)
★キッズひろば(1歳6か月ごろ～就園前のお子さんと保護者)
▶「すくすく」(☎582-6045)へ事前に予約してください。

Recipe

管理栄養士のおすすめレシピ
春キャベツとしらすの
ワンポットパスタ

塩分
2.0g



■材料(4人分)
パスタ(1.6mm)……320g
キャベツ……………1/4個
しめじ……………1房
しらす干し…………100g
にんにく……………小2かけ
赤唐辛子……………2本
長ねぎ……………2/3本
オリーブ油……大さじ2
水……………6カップ
Aめんつゆ(3倍濃縮)
L……………大さじ2
粉さんしょう…小さじ1
刻み海苔……………適量

【1食分の栄養価】 エネルギー 445kcal / 脂質 8.4g / 鉄 2.1mg / たんぱく質 19.9g / カルシウム 141mg

■作り方

- ①にんにくは薄切り、赤唐辛子は種をとり輪切りにする。長ねぎは斜めに切る。
- ②キャベツはひとくち大に切る。しめじは小房に分ける。
- ③フライパンに、オリーブ油大さじ1・にんにく・赤唐辛子を入れて火にかけ、香りがたったら長ねぎとAを入れて強火にする。
- ④③が沸騰したらパスタを半分に折って加え、さらに5～6分ゆで、②としらすを加え混ぜる。
- ⑤野菜に火が通り汁気がほぼなくなったら、残りのオリーブ油を加え、火を止める。粉さんしょうを加えて混ぜ、器に盛り、刻み海苔をのせる。

voice / おすすめポイント



野菜もきのこもたっぷり入れて、ピリツとした辛みが食欲をそそります。塩分を減らして、これからも親子で健康に過ごしていきたいと思います。
高橋弥咲さん、咲良ちゃん

news

ウォーキングチャレンジ

花王株式会社と連携した「ウォーキングチャレンジ事業」の最終測定会が3月12日、やすらぎ園で行われました。63人が参加し、「歩行年齢が実年齢より若返った」「歩き方が改善した」などと大好評でした。



町では、幼稚園就園前の親子(町在住、町に実家のある人)を対象に、さまざまな子育て支援事業を行っています。季節に合わせた遊びや行事のほか、保護者同士での子育てに関する情報交換や、お子さんと保護者のふれあいの場として実施しています。ぜひ気軽に遊びに来てください。

NEWS
みんなで遊ぼう
子育て支援事業
子育てアドバイス

事業名	開催日	時間	場所	連絡先
ベビールーム	毎週月・木曜	10:00～11:30	イコーゼ	子育て世代包括支援センター「すくすく」 ☎582-6045 ※当日朝9時～10時の間にお電話ください。
キッズひろば	毎週水・金曜			
すくすくカフェ「ママトーク」	第4火曜日	10:00～11:30	児童館	児童館 ☎582-1500
離乳食教室	年間5回			
プレママ&ママのためのすくすくキッチン	調整中	10:00～12:00	睦合公民館 または やすらぎ園	同上 ☎582-6045 ※要事前予約
こおり母親クラブ「メロディ」	第3火曜	10:00～11:30	ふれあい館	町社会福祉協議会 (ボランティアセンター) ☎581-0255
ぽかぽかクラブ「0歳ママのティーサロン」	第4金曜			
みんなのカフェ「スマイル」	第2木曜	10:00～12:00		

※日程は、変更になる場合がありますので、毎月発行している桑折町子育てカレンダーをご覧ください(QRコード参照)。また、事業によっては人数制限を行う場合もありますので、詳しくは問い合わせください。



Information vol.8

むし歯のない子

3歳児健診で、むし歯のなかったお子さんを紹介します。3歳は、子どもの歯(乳歯)が生えそろう時期です。家族全員でむし歯になりにくい生活習慣を心がけましょう。



りつき
安彦 凌月くん



ゆめ
齊藤 優芽ちゃん



すみれ
後藤 重ちゃん



しの
渡邊 慕乃ちゃん



らいしん
鈴木 侑心くん



そうた
佐藤 奏太くん



れいな
小幡 滯奈ちゃん



なぎさ
蓬田 渚ちゃん



かずさ
宮田 和紗ちゃん

これからもむし歯ゼロを目指して、歯磨きを続けましょう。

