

さあ! 元気に出かけましょう。お友達も待ってるよ!

参加の申し込みはいりません。気軽に参加してください。活動時間10:30~11:30

いつ	何を	どこで
1月 6日(火)	おはなしひろば	親子で絵本を楽しもう
7日(水)	おひさまひろば	リズム遊びをしよう
9日(金)	おひさまひろば	リズム遊びをしよう
14日(水)	0歳児ひろば	ママとスキンシップ
16日(金)	つくってあそぼうひろば	スイスイ凧をつくろう
17日(土)	紙芝居とおりがみのひろば 活動時間14:00~15:00 持ち物...おりがみ	紙芝居「サルとカニのもちつき」 おりがみ「とんとんずもう」 17日のみ小学生対象
20日(火)	おはなしひろば	ぐりとぐらによるお話
21日(水)	つくってあそぼうひろば	スイスイ凧をつくろう
23日(金)	あそびのポケット	どんな遊びが出てくるかお楽しみ!
27日(火)	つくってあそぼうひろば	スイスイ凧をつくろう
28日(水)	おひさまひろば	リズム遊びをしよう

参加の申し込みをしてください。

親子工作教室 「勾玉作りをしよう」

日 時/1月24日(土)14:00~15:00
対 象/幼児~小学生の親子 15組程度(先着順)
参加費/370円 場 所/やしろこどものいえ工作室
申し込み/1月17日(土)までにやしろこどものいえ
までお申し込みください。

アンティママの巡回相談 (10:00~14:00)

1月15日(木) やしろこどものいえ
16日(金) 滝野児童館きらら
22日(木) 東条鯉こいランド

人形劇団おやゆび姫による人形劇

日 時/1月30日(金)10:30~11:30
対 象/未就園児とその保護者(申し込み不要)
演 題/「うさぎ月の三日」その他
場 所/やしろこどものいえ遊戯室

やしろこどものいえ
☎42 8543 開館 9:00~17:00
滝野児童館きらら
☎48 0765 開館 9:00~17:00
東条鯉こいランド
☎46 0576 開館10:00~14:00

こんな食べ方はいかがですか?

ちょっと変わったおもちメニューをご紹介します

サンサンチャレンジ中の方や、お子さまにもオススメの「野菜たっぷりおもちピザ」です。

洋風で野菜がたっぷりとれますし、キャベツを下に敷くので、皿におもちやチーズがくっつかず、後片付けも簡単です。ぜひ一度お試しください。



1人分 約250kcal

この一品で、
両手2杯分の
野菜がとれますよ

野菜たっぷりおもちピザ (1人分)

材 料	分 量	作 り 方
切り餅	1個(約50g)	切り餅は半分に、スライスハムは細切りに、キャベツは千切りに、玉ねぎ・生しいたけは薄切りにします。ブロッコリーは小房に分けて茹でます。耐熱皿にキャベツをのせ、その上に餅、玉ねぎ、生しいたけ、ハム、ブロッコリーの順にのせて、レンジで約1分間加熱します。レンジから取り出し、チーズをのせ、その上からケチャップをかけます。余熱したトースター、またはオーブンでチーズがとろけるまで焼くとできあがりです。(オーブンなら220度で3~4分が目安です)
スライスチーズ	1枚	
スライスハム	1/2枚	
キャベツ	50g	
玉ねぎ	20g	
生しいたけ	1枚	
ブロッコリー	40g	
ケチャップ	適量	