

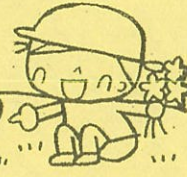
3月

# くせ活き生き サロンだより

2022

真庭市 久世 266-2  
(北町公園内)

連絡先: 0867-42-2320  
担当: 真庭市子育て支援課  
0867-42-1054

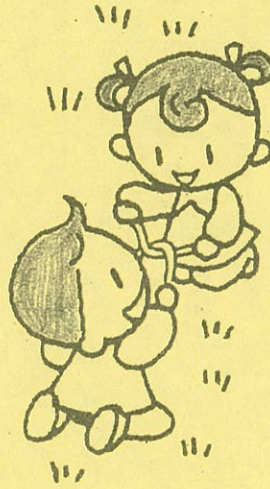


開館日(火)~(土)  
午前9時~午後5時  
※祝日は休館

今年の冬は寒かったですね。最近の宍越のやさしい日差しはすっかり春ですね。ですが日中の寒暖差に体調をくずしやすい時期でもありますので十分な睡眠と栄養を心がけて元気に新年度を迎えたいですね。

## 今月の予定

- 3/5(土) ひなまつり  
10:00~12:00
- 3/10(木) よちよちひろば  
10:00~11:00
- 3/17(木) わいわいひろば  
10:00~11:30
- 毎週(水) 絵本の読みきかせ  
10:00~11:30



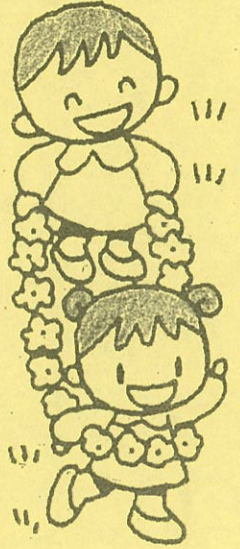
## よちよちひろば

3/10(木) 10:00~11:00

対象: 3カ月~1才半くらいまでの子と親  
リズムあそびやふれあいあそびで楽しみましょう。



上のお子さんも  
ご一緒にどうぞ



オスス!!

## Junchano diet レシピ

### 『豆腐＆納豆がらタン』

材料・1人分

- 卵 1コ、豆腐 200g
- 納豆 1パック
- しょうゆ 小さじ1
- (お好みでマヨネーズ)



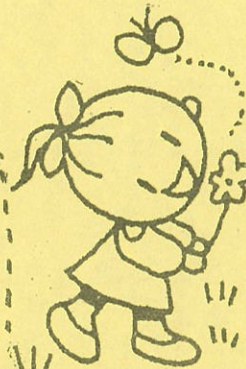
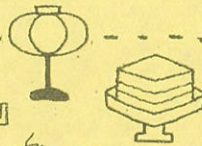
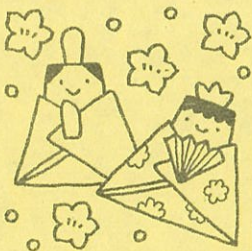
全部混ぜて耐熱容器に入れ上にミックスチーズをのせてオーブン・スターで10~15分焼いたらできあがり。キムチを混ぜても美味しいヨ!

## 3/5(土) ひなまつり

10:00~ 『おひなさまを作ろう』

簡単な工作をして楽しみましょう。作ったあとは持って帰ってね。

〈共催〉  
真庭市栄養改善協議会 久世支部  
真庭市愛育委員会 久世支部



コロナの状況により行事が変更になる場合があります

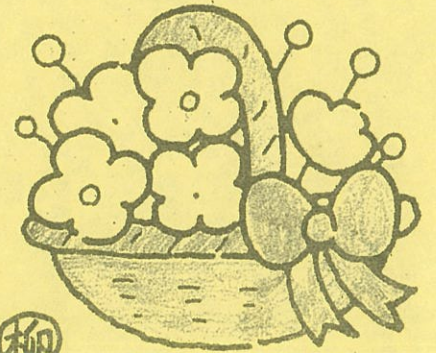
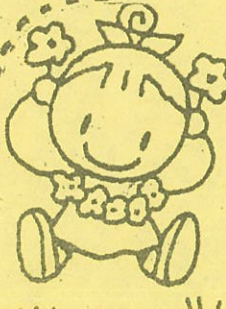
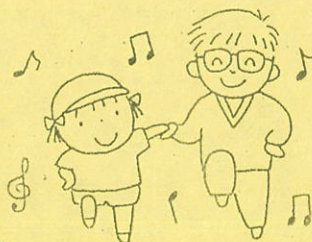
## 3/17(木) わいわいひろば

10:00~11:30

『親子で楽しくリトミック』 音楽に合わせて楽しく体を動かしてリフレッシュ!  
森の工房 音楽教室 影山先生をお招きします。

〈持ってくるもの〉水と

動きやすい服装でお越し下さい。



柳