

わくわくレシピ

きゅうりの香り漬け

給食で人気のある献立です。ごま油の香りが食欲をそそります。



- きゅうりは、5～7mmぐらいの輪切りにし、サツと塩ゆでし冷水にとる。
- 調味料を混ぜ合わせ、①のきゅうりを30分以上漬ける。



【材料(1人分)】

- きゅうり……………40g
- 砂糖……………0.4g
- しょうゆ……………3g
- 米酢……………0.8g
- ごま油……………0.6g



- 給食センターでは、きゅうりをゆでていますが、家庭で作る時は、塩もみしてもよいです。その時は、きゅうりを少し薄めに切るとよいでしょう。
- 味は、好みに合わせて調節してください。



吉野川市子育て支援施設 5月の行事予定

鴨島児童館

住所 鴨島町知恵島1208番地2
TEL・FAX 0883-24-2379
開館日 月～土
開館時間 10時～18時(月～金)
13時～18時(土曜日)

- 13日水 紙芝居の日
- 20日水 助産師による産後メンテナンス教室 硬筆教室
- 23日出 おもちゃ病院が来るよ!
- 28日水 絵本の読み聞かせ 茶道クラブ

鴨島南児童館

住所 鴨島町飯尾550番地76
TEL・FAX 0883-22-2277
開館日 月～土
開館時間 10時～18時(月～金)
13時～17時30分(土曜日)

- 8日金 母の日のプレゼント作り
- 14日水 音楽と英語で遊ぼう! コンサート わくわくタイム クッキング
- 22日金 クッキング
- 26日水 ダルクロースリトミック
- 30日出 お接待

八坂児童館

住所 山川町安楽寺165番地
TEL・FAX 0883-42-6828
開館日 月～土
開館時間 10時～18時(月～金)
13時～17時30分(土曜日)

- 8日金 英語教室
- 12日水 絵画教室
- 22日金 やさかあそべえ(運動教室)
- 25日水 カラー作り
- 27日水 野菜の収穫

子育て支援センター ちびっこプラザ

住所 鴨島町鴨島252番地1
(吉野川市民プラザ内)
TEL 0883-22-2440
FAX 0883-22-2441

- 開館日 月、水～土
開館時間 9時～17時
- 1日金 子育て何でも相談
 - 11日水 食育相談
 - 13日水 ママピラティス
 - 14日水 身体計測
 - 15日金 誕生会・写真撮影
 - 18日水 リトリティ・リトミック
 - 21日水 絵本の読み聞かせ
 - 22日金 ベビーマッサージ&赤ちゃんヨガ
 - 28日水 ママのためのリフレッシュ マッサージ・産後ケアアドバイス

子育て支援センター ちびっこドーム

住所 川島町葉村2421番地1
(川島こども園内)
TEL 0883-25-6616
FAX 0883-25-6617

- 開館日 月～金
開館時間 9時～15時
- 12日水 身体計測
 - 19日水 笑顔あつまれちびっこドーム

子育て支援室 もうもうあいランド

住所 鴨島町牛島888番地1
(鴨島東こども園内)
TEL 0883-24-8914
FAX 0883-24-8922

- 開館日 火・水・金
開館時間 9時～15時
- 12日水 子育て何でも相談
 - 20日水 身体計測

子育て支援室 ほたるルーム

住所 山川町町94番地
(高越こども園内)
TEL・FAX 0883-42-5758

- 開館日 月・水・金
開館時間 9時～15時
- 15日金 身体計測
 - 18日水 食育相談

子育て支援館 ぶどうの木

住所 鴨島町鴨島440番地2
(認定こども園めぐみ幼稚園めぐみ保育園北側)
TEL・FAX 0883-38-9117
TEL 0883-24-2435

- 開館日 月～金
開館時間 9時～15時
- 8日金 のんびりティータイム
 - 12日水 おもちゃコミュニケーションをたのしもう!
 - 20日水・21日水 英語遊び
 - 22日金 お誕生会

地域子育て支援センター かもめ元気クラブ

住所 鴨島町西麻植字大東98番地1
(鴨島かもめこども園内)
TEL 0883-24-2856
FAX 0883-24-2857

- 開館日 月・水・木
開館時間 10時～15時
- 7日水 絵本の読み聞かせ
 - 14日水 ベビーマッサージ
 - 28日水 英語で遊ぼう

地域子育て支援センター 山瀬わんぱく広場

住所 山川町諏訪266番地5
(山瀬かもめこども園内)
TEL 0883-30-1212
FAX 0883-30-1213

- 開館日 火・水・金
開館時間 10時～15時
- 7日水 運動遊び
 - 14日水 作って遊ぼう
 - 21日水 絵本読み聞かせ
 - 28日水 ベビーマッサージ

子育て支援 なかよしくらぶ

住所 鴨島町鴨島乙897番地9
(鴨島中央認定こども園内)
TEL・FAX 0883-24-2356

- 開館日 月・水・金
開館時間 10時～15時
- 13日水 絵本の読み聞かせ
 - 15日金 食育遊び
 - 20日水 誕生会
 - 22日金 つくって遊ぼう

ラストセレモニーは
ヤマセで

自宅での葬儀も
会館での葬儀も

ご相談ください、葬儀のこと。
TEL 0883-42-2075
FAX 0883-42-5951
山川町前川167-2 山瀬観光南

セレモニーヤマセ

事故で困ったな… 保険って難しいな… 誰かに聞きたいな…

ご相談ください。あなたの心がスッキリするまでお話しさせていただきます。

ユートピア保険サービス

TEL 0883-24-9103 (9:00～17:00)
定休日: 日曜、祝日 鴨島町梅崎384-6
R19-2号・遠征医師補填・P号

誰も体験したことのない、驚きのVR住宅展示場

VR パーチャル空間
体験会実施中

土地・建物のトータルプランナー
株式会社 松島組
tel.0883-24-1233
http://www.smiltrust.com/

スマホ教室開催中!

①11:00～12:00
②13:00～14:00
③15:00～16:00

ドコモショップ山川店
詳しくは当店まで TEL:0120-52-7477

※月間行事予定表はQRコードでご確認ください。
※各施設にも月間行事予定表を備え付けています。
※詳しくは、各施設へ直接お問い合わせください。

●問い合わせ 子育て支援課 ☎22-2266 FAX22-2245

「生活不活発病」予防のポイント
毎日の生活の中で活発に動くようにしましょう

「生活不活発病」とは、「動かない(生活が不活発な)」状態が続くことにより、心身の機能が低下して、「動けなくなる」ことをいいます。