

8月 子育て出張広場ふくらしゃ館

活動日の目印



○場 所：糸満市役所水道部2階ふくらしゃ館

○日 時：毎週火曜日・金曜日（祝日を除く）9時30分～11時30分（活動終了）12時閉館

○駐車場：糸満市役所正面（北側）。台数に限りがありますので、ご来館の際はできるだけ公共交通機関をご利用くださいますようお願いいたします。

日	月	火	水	木	金	土
7月27日	28	29	30	31	8月1日	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
	山の日					
17	18	19	20	21	22	23
		出張広場 お休み				
24	25	26	27	28	29	30
31	9月1日	2	3	4	5	6

◎ご利用対象

0歳～就学前のお子さんがあるご家庭。これから子育てが始まるママ・パパもお気軽にご利用ください。

ご利用初回時に登録をお願いします

《ご利用におけるお約束》

○施設内外での安全面や貴重品の管理については、各自の責任のもと十分にご注意ください。特に安全面においては、ケガを未然に防ぐ事やケンカ・トラブルにうまく対応する事はお子さん同士だけでは難しい事もあります。利用者皆さんが安心して活動できる為にも、お一人おひとりのご配慮をお願いします。

○各自で虫除け対策をお願いします。

○風邪症状（発熱・鼻水・咳・嘔吐・下痢）や感染症の症状がみられたり、またその可能性が考えられる場合は、集団の場での蔓延を予防する為にも、ご利用を控えていただくことがあります。

○館内での飲食は禁止となっています（*水分補給は可能です）。

○使用済みの紙おむつ等のゴミ類は、各自でお持ち帰りをお願いします。



夏バテ防止に『もずく丼』

（糸満市役所 保育こども園課 栄養士提供）

☆材料☆こども1人分

○もずく・人参・玉ねぎ・コーン缶・豚ひき肉【各20g】○ピーマン【30g】○にんにく【1かけ】

○砂糖・醤油・料理酒・みりん【各小さじ1/2】 ○水・水溶き片栗粉【各適量】

☆作り方☆

- ① もずくは洗って塩抜き後、食べやすい大きさに切り、水気を切っておく。
- ② 玉ねぎ、人参、ピーマン、にんにくはみじん切りにする。
- ③ フライパンに油を熱し、にんにくを炒める。香りが出てきたら豚ひき肉を入れて炒め、火が通ったら玉ねぎ、人参、水を加える。
- ④ ③に火が通ったら①のもずくを加え、砂糖、醤油、料理酒、みりんを入れ、蓋をして5分程煮る
- ⑤ ④にピーマン、コーンを加え、煮立ったら味を調えて水溶き片栗粉を入れて火を止める。完成。