



シリーズ環境



第36回 紙類のリサイクル

1リットル入りの牛乳パック30枚でトイレットペーパーがおよそ5個つくれます。牛乳パックに限らず、古紙は大切な資源です。むやみに焼却しないで、資源物として出しましょう。

なお、新聞折り込みの広告類は、新聞と一緒に出してもいいことになりました。(中部環境方式)

環境対策課環境対策室 ☎028(677)6041
 ✉kankyoutaisaku@town.haga.tochigi.jp



かんたんヘルシーメニュー・・・

鶏肉のあっさりしょうゆ和え

～油を使わずあっさり味で、とってもヘルシー～
 野菜をしっかり食べましょう～

- <材料(4人分)>
 ○鶏胸肉 2枚 ○キュウリ 1本
 ○ネギ 1本 ○プチトマト
 [ドレッシング]
 ○しょうゆ 大きじ1 ○酢 大きじ2
 ○七味唐辛子 適量

- <作り方>
 ①鶏胸肉をゆで、冷ましてから一口大に切る。
 ②キュウリとネギを千切りにする。
 ③皿に①と②を盛り、ドレッシングをかけ、プチトマトを飾る。



<1人分の栄養価>
 エネルギー 203kcal
 たんぱく質22.4g 脂質16.6g
 カルシウム29mg 塩分0.7g

こんにちは!! 保育園

～保育園は楽しい行事でいっぱいです～
 今年の年間行事予定を紹介します。

4月	入園式	5月	こどもの日の祝い 春の遠足	6月	保育参加開始	7月	七夕祭り プール遊び 夕涼み会
8月	プール遊び	9月	親子交通安全教室(20=I号) 運動会	10月	お月見会 高齢者との交流会 秋の遠足	11月	卒園記念絵付け(年長児) 七五三のお祝い 収穫祭(やきいも会)
12月	お遊戯会 クリスマス会 高齢者との交流会	1月	お正月遊び あもう大会	2月	豆まき 親子お楽しみ会(保護者会) お別れ遠足(年長児親子)	3月	ひなまつい お別れ会 修了式

☆毎月の行事(誕生会 身体測定 避難訓練 交通安全指導 英会話教室(3才以上児) プール教室(年長児))



▲おゆきかい

▲たのしい、えんぞく

保育園開放日程
 午前10時から
 午前11時30分まで
 毎週開放しています
 南高保育園 ☎028(677)1407 火曜日
 祖母井保育園 ☎028(677)0220 水・金曜日
 水橋保育園 ☎028(678)0511 木曜日

ひまわり広場
 ひまわり広場に
 あつまれー!
 ①「散歩に行こう!」
 ◆日時/5月25日(火) 10:00～11:30
 ◆場所/祖母井保育園から運動公園まで
 ※先着15組
 ②「親子でリトミック」
 ◆日時/5月29日(土) 10:00～11:00
 ◆場所/祖母井保育園子育て支援センター
 ※先着15組
 園申 5月17日までに電話かFAXで
 祖母井保育園子育て支援センターまで
 ☎028(677)0220 【FAX028(677)2835】