

★ 11 月 ★

平川子育て

つどいの広場 11月号  
2022.11 NO.149

ひらひら



Let's enjoy autumn ♪



日	月	火	水	木	金	土
		1 ♥	2	3	4	5
6	7 ♥	8 ♥	9	10 ♥	11	12
13	14 ♥	15 ♥	16	17 ♥	18	19
20	21 ♥	22 ♥	23	24 ♥	25 午前:講座 午後:閉館	26
27	28 ♥	29 ♥	30			

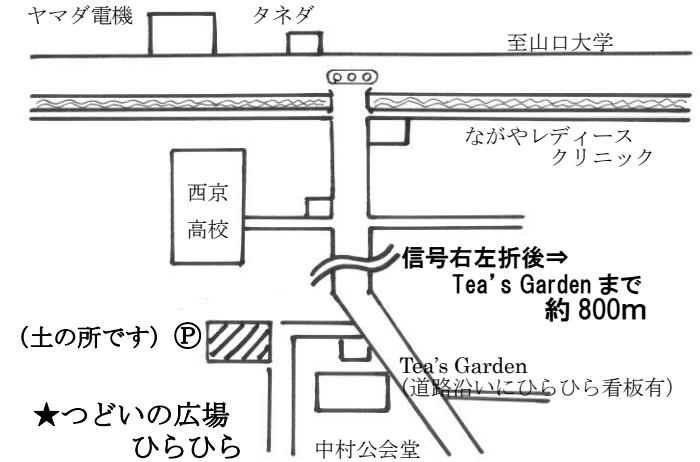
♥「ひらひら」やっています。



25日 講座 10:00~11:30  
秋の味噌づくり

※広場利用時はマスク着用をお願いします。  
検温をして、体調管理に努めましょう。

～案内図～



駐車場あります

駐車場がいっぱいの時は、スタッフに声をかけてくださいね！

開館日 毎週 月・火・木曜日  
開館時間 10時～15時  
<ランチタイム 12時～13時>  
親子16人 人数制限中  
持参品 おむつやミルク、水筒、昼食、  
帽子、着替え等、お子様に必要な物

編集・発行

平川子育てつどいの広場 ひらひら  
お休み:水・金・土・日曜日、祝日  
年末年始、お盆

〒753-0851 山口県黒川2393  
TEL・FAX (083)923-1606



ブログ <https://blog.canpan.info/hirahira/>  
メール [hirahira@castle.ocn.ne.jp](mailto:hirahira@castle.ocn.ne.jp)

## ～ 子育て講座のご案内～

### ★ 秋の味噌づくり ★

- ・日 時 11月25日(金)10:00～11:30  
(9:50 集合)
  - ・場 所 ひらひら
  - ・講 師 するーふーどらいふ ままや主宰  
白木美和さん
  - ・参加費 1組 800円
  - ・持参物 タッパー(1ℓ) エプロン・手拭きタオル
  - ・募集人数 未就園児とその家族 先着 8組
  - ・募集期間 11月1日(火)は広場利用者のみ受付  
11月7日(月)～11月24日(木)  
(10時から受付開始)
- ひらひら開所時間に直接、またはお電話で
- ・申し込み TEL (083)923-1606



親子で一緒に、秋仕込みのお味噌を作ってみませんか？体に良い栄養満点のお味噌って、どうやってできているの？味噌づくり体験をこどもと楽しみましょう。春に向けてゆっくりと熟成します。

※閉館日の講座です。午後は閉館します。



食欲の秋！  
新米が美味しい時期ですね♪  
成長期のお子さまにも、毎日頑張っている  
パパ・ママにも必要な、バランスのよい食材  
選びや食べ方を心掛けましょう！



大豆を発酵させて作る味噌には、たんぱく質、各種ビタミン、食物繊維など、体が喜ぶ栄養素がたくさん含まれています！効能も色々！

味噌汁以外にも、和え物、煮物、味噌炒めなど、レシピも様々にあって、食卓を彩ってくれます。色々な味を楽しみましょう！

やむを得ない事情でキャンセルされる場合は、キャンセル待ちの方がいらっしゃる場合がありますので、速やかにご連絡ください。

携帯電話 (090-1352-1606)

11/24(木) 15:00 以降つながりますが、特に当日キャンセルの場合は朝9時までにご連絡いただきますようお願いいたします。



- ま まめ(豆類)
- ご ごま(胡麻)
- こ こめ(米)
- わ わかめ(海藻類)
- や やさい(野菜)
- さ さかな(魚)
- し しいたけ(きのこ類)
- い いも(芋類)
- よ ヨーグルト(発酵食品)
- な ナッツ(種実類)

孫子は  
優しいよな～♪



## 七五三を迎えるお友達 おめでとう

着物やドレス、羽織袴、スーツ…

いつもとは違うおすまし顔で、  
記念写真を撮るのかな？

おめかしをして、家族でお詣りするのかな？  
こども達の健やかな成長を祈ります。

