

# Smile family

10月  
11月号

親子で楽しく作ろう！

## 素朴で簡単😊スイーツレシピ

食欲の秋！秋はいろいろな作物が収穫を迎える季節。旬の食べ物をたくさん楽しみたいですね！今回は、子ども達が大好きなカボチャのレシピをご紹介します。



### レンジで作る 簡単かぼちゃ焼プリン



- ☆材料(100ccココット6個分)
- ・かぼちゃ(種とわたは取り除く) 200g
  - ・たまご 2個
  - ・砂糖 30グラム
  - ・牛乳 200cc

「冬にかぼちゃを食べると風邪をひかない」といわれ、気管支などの粘膜を丈夫にするカロテンを多く含んでいます

#### ☆作り方☆

- ①よく洗って軽く水気を切ったかぼちゃを、ふんわりとラップで包み、600Wのレンジで5分ほど加熱する。  
(竹串をさしてすっと通るまで)
- ②粗熱をとり、果肉をスプーンでかきとり、ボールに入れてなめらかになるまでつぶす。
- ③別ボールに卵と砂糖を入れてしっかり溶き、②に加えて混ぜる。牛乳を少しずつ加えながら、しっかり混ぜ合わせる。
- ④ココットに③の液を等分に流し入れ、濡らしたキッチンペーパーをかぶせ、600Wのレンジで2分ほど加熱する。  
粗熱をとり、竹串をさして液が出てこなければ完成！  
※プリン液をこすと、なめらかに仕上がりますよ😊



レシピ考案：ひろば調理師スタッフ

## 今月のおともだち

ハラ  
原  
タキ  
多輝ちゃん  
令和3年10月23日生まれ



#### マイブームは？

ジブリ大好き！  
最近はコクリコ坂がお気に入り

#### ☆ひとこと☆

元気いっぱいニコニコ笑顔で、  
いつも癒しをありがとう♡  
これからも思いっきり遊ぼうね！◎

キイ  
記伊  
ハルカ  
晴楓ちゃん  
令和2年11月28日生まれ



#### マイブームは？

砂遊び、おままごと、  
トランポリンが大好き！

#### ☆ひとこと☆

みんなを笑顔にしてくれて  
ありがとう♡  
たくさん楽しいこと  
見つけていこうね♪  
これからも元気いっぱい  
育ってね！



毎号、広場のおともだちを紹介しています♪

予告なく中止・変更もございます。  
あらかじめ御了承ください。



# 10月・11月 広場の予定



## 大和ふれあい広場

- 10月11日(水) 10:30～ 音とあそぼう【要予約】
- 10月18日(水) 10:30～ こどもの足を守るための  
足育講座【要予約】
- 10月20日(金) 10:30～ かたろうよ!「どうして?保活」  
【要予約】
- 11月8日(水) 10:30～ 音とあそぼう【要予約】
- 11月16日(木) 11:00～ お話の部屋 byきりさん
- 11月28日(火)10:30～ 育児相談(一歳半まで)【要予約】
- 11月30日(木)10:30～ 講演会「しつけのコツ」  
—子どもも大人も楽しく育ち合うために—【要予約】

サロンの予約【北部】TEL：0952-37-3716  
毎月1日(休館時は翌日)より電話か来所にて受付ます。

## 富士ふれあい広場

- 10月3日(火) 10:30～ バスハイク【要予約】  
※参加費あり
- 10月10日(火) 13:30～ ヨガたいむ&ぐんぐんkids
- 10月19日(木) 10:30～ Deco カレンダー【要予約】
- 11月7日(火) 10:30～ ぐんぐん Kids【要予約】
- 11月14日(火) 13:30～ ヨガたいむ

## 出張サロン in 三瀬保健センター

11月17日(金)10:30～ 親子ふれあい遊び&制作【要予約】

## 東与賀ふれあい広場

- 10月4日(水) 10:00～ うんどうあそび
- 10月12日(木) 10:00～ むつごろう文庫さんと遊ぼう
- 10月18日(水) 10:30～ わらべうた(11ヶ月まで)  
【要予約】
- 11月1日(水) 10:00～ 公園へ行きます。(干潟よか公園)
- 11月9日(木) 10:00～ むつごろう文庫さんと遊ぼう
- 11月13日(月) 10:30～ 歯科講座【要予約】
- 11月17日(金) 10:30～ かたろうよ!

サロンの予約【南部】TEL：0952-45-8022  
毎月1日(休館時は翌日)より電話か来所にて受付ます。

## 諸富ふれあい広場

- 10月11日(水) 10:30～ 布おもちゃで遊ぼう
- 11月10日(金) 10:30～ 遊びの広場

## 出張サロン in 久保田老人福祉センター

11月29日(水) 10:30～ 親子ふれあい遊び&制作  
【要予約】

広場の様子



◎発熱や咳、鼻水などの症状のある方は、入館できません。  
◎予防接種後の入館はできません。  
利用されるみなさんが安心して使用できるようご協力をお願いします。



【北部拠点】

## 大和ふれあい広場

開所日：月曜～金曜

開所時間：10:00～15:30

佐賀市大和町大字久池井 2970

老人福祉センター1F

☎ (0952) 37-3716



【北部出張ひろば】

## 富士ふれあい広場

開所日：火曜・木曜

開所時間：10:00～15:30

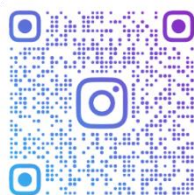
佐賀市富士町古湯 2685

佐賀市富士支所内 2F



ほぼ毎日広場の様子を  
更新してるよ☆

Instagram



SCSHAKYOU\_HUREAIHIROBA

※全広場、祝日はお休みです。

【南部拠点】

## 東与賀ふれあい広場

開所日：月曜～金曜

開所時間：10:00～15:30

佐賀市東与賀町大字下古賀 1193

東与賀保健福祉センター 2F

☎ (0952) 45-8022

【南部出張ひろば】

## 諸富ふれあい広場

開所日：水曜・金曜

開所時間：10:00～15:30

佐賀市諸富町大字諸富津 7

佐賀市諸富町公民館 1F

