

心のこもった  
おもてなしを  
皆さまに



家庭料理〇まるは2015年にあさぶ商店街組合店に加盟。創業12年、おいしい家庭料理とお酒をリーズナブルなお値段で楽しめると評判です。リピーターが多く、月2回の音楽ライブも好評です。くつろいだ雰囲気、お気軽にご利用ください。

家庭料理〇まる

麻生町5丁目1-13 NYパレス1F  
☎709-0600 営業時間/17～22時  
定休日/日曜・祝日、1月1～4日

インフォメーション

■まちの教室「アロマ&ハーブ」

日時：12月14日(月)10時30分～12時  
参加費：1,500円(材料費込み・ハーブティ、試飲)

\*手ごね石けん作ります。  
発泡入浴剤のプレゼントあります。  
講師：ハーバルプラクティショナー  
佐藤 幸江

申し込み・問合せ：☎707-9923 (西本)  
rian@asabu.or.jp

■年末年始(お休み)のご案内

本年もお世話になりました、ありがとうございました。  
来年もよろしく願っています。

【あさぶ商店街事務所】  
12月27日(日)～1月5日(火)  
【麻生キッチンりあん】  
12月27日(日)～1月5日(火)

コロナに負けない！  
ストレスをコントロール、からだを大切に

今年には新型コロナウイルスの影響でさまざまな活動が制限され、ストレスに感じることが多かつたのではないのでしょうか。このストレスによって大きく左右されるのが自律神経です。自律神経は、興奮する時に「交感神経」、リラックスをして内臓機能が高まっている時に「副交感神経」がよく働いています。しかし、リラックスしようにしてもストレス過多の状態だと体が休まらず「なかなか疲れ

が取れない、肩こり、胃腸の調子が悪い」など病院では異常なしと言われるような不調がつきまとってしまいませんか。自分に降りかかるストレスをコントロールすることが大切です。「笑う」「楽しむ」「リラックスする」など、時には整体等の力も借りて、新しい生活様式の中でうまく自分自身をコントロールしてみてはいかがでしょうか。

第7回麻生発・子どもネットワーク会議  
～ 開催 ～ 10月28日・麻生総合センターにて

コロナ禍の中、困っている若者子ども子育て中の親が増えていると聞き、皆で知恵を出し合い、支援につないでいきたいとの思いで、このようなときではあります。関係団体の皆さまに呼びかけさせていただきました(27団体32人参加)。孤立をふせぐため、今こそ顔の見える関係性をさらに深め、団体の強みを生かしながら支援をつなぐ必要性を共有することができました。今後は、今回のワークショップで出された意見を具体化する取り組みへとつないでいきたいと考えております。

NPO法人麻生キッチンりあん  
理事長 西本 香奈江

あさぶ商店街  
おもしろ通信

5又路

発行

あさぶ商店街  
理事長：稲川 正勝

編集

副理事長：佐藤 典子  
理事：内平 淳一  
柏崎 辰徳

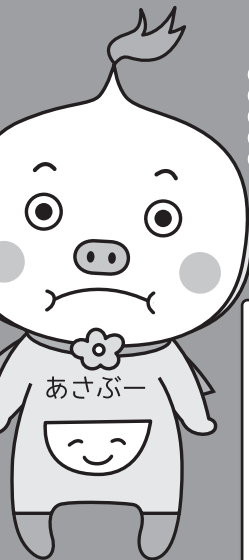
亜麻の花咲く手づくりの街 第218号

北区麻生町6丁目14-6  
TEL: 011-707-9923  
FAX: 011-758-7345

こんなときだからこそ、  
人と地域のつながりを



「親子でこもっている家庭にどう対応すれば良いか」「コロナをふまえて発想の転換を」などさまざまな意見が出されました(10月28日)



あさぶー

あさぶ商店街  
キャラクター「あさぶー」