

# りあん通信

「りあん」は、あさぶ商店街と藤女子大生が連携して運営しています♪

札幌市地域商店街支援事業「地域課題解決型」です！

## 亜麻の糸でつくろう♪

亜麻という植物をご存じですか？  
麻生という町名の由来になった植物です。  
うすむらさき色の花が咲き、茎が繊維になります。  
花は、麻生のます花壇に植えられていて、春から夏にかけて見かけている方も多いと思います。  
昔、繊維を採る工場が麻生にあったことから、琴似町新琴似という地名から麻生町になりました。  
亜麻は、ます花壇に植えられている多年草の亜麻と茎が繊維になる1年草の亜麻があります。  
3月24日(土) 10:30~12:00まで、亜麻の糸を使って講座があります。参加希望の方、喜多(070-5048-4050)までご連絡、お待ちしております。

2018年3月 第36号

発行 札幌市北区北39条西5丁目2-12  
(旧くすりのひまわり跡)  
TEL. 011-707-1795  
麻生商店街振興組合(011-707-9923)



まちの教室など お申し込み:070-5048-4050(喜多)

## ★第86回 アロマ&ハーブ講座

日時: 3月20日(火) 10:30~12:00  
参加費: 1300円(ドリンク・材料費込)  
講師: 佐藤 幸江さん  
\*香水(コロン)を作ります。

## ♡介護者のつどい

日時: 3月23日(金) 10:30~12:00  
参加費: 300円(ドリンク付)  
介護している方が、気軽にお話できる会です。  
みなさんで、お話を聴きあいます。

## ♡お仕事Bar PECSってなあに? ~びっくりドンキーでのコミュニケーションの試み~

講師: 大沢 隆則さん 日時: 3月15日(木) 19:00~21:00 参加費: 1300円(軽食・ドリンク付)  
\*びっくりドンキー障がい者雇用担当の方もいらっしゃいます。

## ♡フレママ&0歳児ベビママ~あさぶネウボラ★MamMamステーション 協力:NPO北海道ネウボラ

日時: 3月16日(金) 10:30~12:00 参加費: 300円(ドリンク付) 妊娠中の方、1ヵ月~3ヵ月の赤ちゃん歓迎です♪

## ★クマリさんの占い ~手相・姓名判断など

日時: 3月13-27日(火) 10:30~14:00(要予約)  
参加費: 1300円(ドリンク付) 北山龍店主さんが占います。

## ★ひめトシ ~骨盤の歪みを整える♡

日時: 3月12日(月) 10:30~12:00  
参加費: 1000円(ドリンク付)  
講師: 布施 陽菜さん(sapporo こまち道場代表)

## ★超入門シニア英会話ABCから

日時: 3月1日・15日(木) 10:30~12:00  
参加費: 1300円(ドリンク付) 講師: 大柳 和子さん  
\*初めて来られる方、1回目は無料です!

## 藤女子大3年生からメッセージ

とまんが3年生体制になってから、1ヶ月...やっと慣れてきました!!  
3月になってもまだまだ寒い北海道なので、生姜やはちみつを使ったスープなどで暖まりながら、暖かい服装と手洗いうがいを心がけてしっかり予防しましょう。

URL▶<http://tomanto.wix.com/healthsturdy>



月	火	水	木	金	土	日
			1 サンデー キッチン シニア英会話	2 藤麻人とまんと	3 学習支援	4 お休み
マークの日は、ランチがたべられます！				トワイライト こども館		
5 ご飯やE-NA (いいな)	6 貸切 絵手紙 *ランチはお休み	7 ことごと 生活クラブの食材 を使ったランチ	8 サンデー キッチン	9 藤麻人とまんと プレ&ベビママ	10 学習支援	11 お休み
バスまちコーヒー ぱすとらる	バスまちコーヒー ぱすとらる	学習支援		トワイライト こども館		
12 ご飯やE-NA (いいな) ひめトレ	13 オーガニックデリカ Welinaウエルナ クマリさんの占い 10:30~14:00	14 ことごと	15 サンデー キッチン シニア英会話	16 藤麻人とまんと	17 学習支援	18 貸切 ふれあいひろば 高齢者のサロン 11時~16時
バスまちコーヒー ぱすとらる	バスまちコーヒー ぱすとらる	学習支援	お仕事Bar 19:00~21:00	こども食堂 18:00~20:00		
19 ケセラセラ 酵素玄米ごはん	20 オーガニックデリカ Welinaウエルナ アロマ&ハーブ講座	21 お休み	22 サンデー キッチン	23 藤麻人とまんと 介護者のつどい	24 亜麻の糸で つくろう あさぶ理麻保存会 10:30~12:00	25 午前貸切 アートクレイ シルバー
バスまちコーヒー ぱすとらる	バスまちコーヒー ぱすとらる	学習支援		トワイライト こども館		
26 オーガニックデリカ Welinaウエルナ	27 オーガニックデリカ Welinaウエルナ クマリさんの占い	28 ことごと	29 サンデー キッチン	30 藤麻人とまんと	31 お休み	
バスまちコーヒー ぱすとらる	バスまちコーヒー ぱすとらる	学習支援休み		トワイライト こども館		

月曜・火曜  
11:30~15:00

今月からの新しいお店！

ご飯やE-NA(いいな)・ケセラセラ・ウエルナ

ご飯やE-NA(いいな) ほっとできる家庭料理です！  
第1・第2月曜日に営業です。

ケセラセラ 酵素玄米を使った腸にやさしいご飯。  
体が元気になります。

Welinaウエルナ 安心・安全な野菜を使って体にやさしい  
ランチを提供。お持帰りの惣菜もあります。

月曜・火曜  
16:30~18:30

バスまちコーヒー ぱすとらる

官田屋のコーヒーやコーンスープ、飲み物を  
提供しています。月曜日は、レディースデーで、  
女性の方、100円です。チョコおやきもあります！

金曜  
11:30~15:00

藤麻人(とまんと)

藤女子大食物栄養学科の3年生が  
600kcal、野菜120g、塩分2.5gのランチを提供！  
★昨年より野菜のグラム数が多くなりました！

水・木曜  
11:30~15:00

ことごと(水曜)

産地や添加物など素材にこだわったランチ  
です。有機野菜、減農薬米を使っています。

サンデーキッチン(木曜)

野菜がきれいなランチ！体にやさしいです♪  
近郊の方へ、手作り弁当やオードブル承ります。

トワイライトこども館

18時からお子さんお預かりします。ごはんを食べて、  
学生ボランティアさんが宿題を見てくれたり、カード  
ゲームであそんだりします。親子で参加もOK。  
申込・詳細は、☎011-707-9923(西本)まで♪

クマリさんの占いは、予約が必要です！  
070-5048-4050 喜多まで、お願いします。