

今年も一緒に楽しい年に

新しい年を迎えました！昨年もりあんへの温かいご支援をありがとうございました。こども食堂りあんも顔を合わせたの会食になりました。直接顔を合わせて、おしゃべりをしたりゲームも楽しいですね。月に一度の介護者のつどいやまちの教室などにも、お気軽に足を運んでリフレッシュしてくださいね。今年も、笑い声の響くりあんで、皆さんと一緒に楽しく活動を広げていきたいと思っています。本年もどうぞよろしくお願いいたします。（典）

TFT-FUJIからのメッセージ

皆さん、こんにちは！藤女子大学のサークル「TFT-FUJI」です。私たちは、売上の一部をアフリカの子どもの給食費として寄付する活動を行っています。これまでコロナの影響で中止していたランチ提供を、2025年1月9日（木）に再開することになりました！皆さまのご来店を心よりお待ちしております。ぜひお立ち寄りください！

まちの教室など～今月のあれこれ

☆顔ヨガで顔の悩みを解消しましょう！

日時：1月8日(水)13:30～14:30
 定員：12名
 参加費：2,000円
 申込み：090-1300-7716(斉藤)
 *誤嚥や認知症予防にも効果があるとされる顔ヨガでキレイと健康を手に入れましょう！

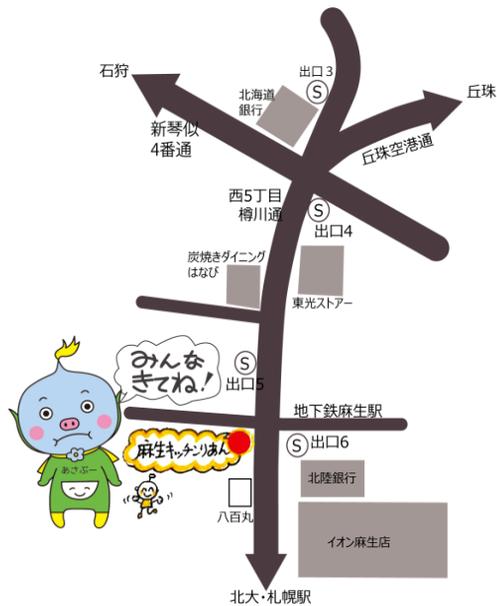
☆料理教室プルミエール@麻生

1月受講生募集中
 日時：裏面のカレンダーをご確認ください。
 定員：各回8名(高校生以上)
 受講料：3,500円(入会無料、材料教材費込)
 申込：090-6446-0145
 (受付、Sメール可)
 LINEID:@710exfvw



☆介護者のつどい

日時：1月24日(金)10:30～12:00
 参加費：320円(要予約)
 *介護について気軽に話ませんか。
 申込・問合せ：011-707-9923 担当：久保
 info@asabu-rian.com



今月のおすすめイベント

☆リトミック教室すまいる

日時：1月31日(金)ベビークラス 9:30～10:10
 キッズクラス10:30～11:10
 対象：ベビークラス 0～1歳
 キッズクラス 2～3歳
 参加費：親子一組 2,000円 定員：各回 5組
 講師：舟川華織(保育士)
 申込み、お問合せ:公式ラインよりお申込下さい
 TEL:090-8279-3828(舟川)
 *アコーディオンが奏でる音楽で楽しめる親子リトミックです♪
 ※参加クラスに迷われる場合はお問い合わせ下さい



旅する食育*第2回は宮城「はらこめし」

日本各地の旬の食材を使った郷土料理をつくってみよう！と11月23日(水)は、しゃけといくらがたっぷりのった「はらこ飯」を作って食べました。「ごはんもクイズも楽しかった」とみんな大満足でした。



		1 (水)	2 (木)	3 (金)	4 (土)	5 (日)
 <p>お願ひします。</p>		<p>本年も、どうぞよろしくお願いいたします。</p>				
6 (月)	7 (火)	8 (水)	9 (木)	10 (金)	11 (土)	12 (日)
<p>芋福神 12:00~16:00</p>	<p>冬休みイベント こども食堂 お仕事体験会</p>	<p>顔ヨガ 13:30~14:30</p>	<p>TFT-FUJI 11:30~15:00</p>	<p>みんなの居場所 「かくれが」 15:00~18:00</p>	<p>学習支援</p>	<p>プルミエール 11:00~13:00 ポークステーキ</p>
13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)	18 (土)	19 (日)
<p>貸切り 旅する食育 10:30~14:00</p>	<p>プルミエール 11:00~13:00 ポークステーキ</p>	<p>休み</p>	<p>貸切り ばすとらる</p>	<p>みんなの居場所 「かくれが」 15:00~17:00</p>	<p>学習支援</p>	<p>プルミエール 11:00~13:00 クリームシチュー</p>
20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)	25 (土)	26 (日)
<p>芋福神 12:00~16:00</p>	<p>もぐもぐカレー 11:30~15:00 17:00~22:00</p>	<p>休み</p>	<p>貸切り ばすとらる</p>	<p>介護者のつどい 10:30~12:00</p>	<p>プルミエール 11:00~13:00 キンパ</p>	<p>貸切り アートクレイ シルバー</p>
27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)	31 (金)	 <p>LINE公式 アカウント QRコード</p>	
<p>芋福神 12:00~16:00</p>	<p>プルミエール 11:00~13:00 クリームシチュー</p>	<p>休み</p>	<p>さわみな☆カフェ 10:00~15:00</p>	<p>親子ふれあい リトミック 9:30~10:10 10:30~11:10 「かくれが」 15:00~18:00</p>		

こども食堂 りあん(毎月第3金曜日)

* 1月17日(金)17:00~19:00

* こども : 100円、おとな : 500円

* 予約不要(完売次第終了となります)

* 当日のメニューはLINE公式アカウントよりお知らせいたします

日替わりシェフ&オーナーさん紹介(日時はカレンダーをご確認ください)

芋福神(つぼ焼き芋屋)
つぼ焼き芋の芋福神です。つぼの中でじっくり蒸し焼きにし、スイーツのような食感と甘みが特徴です。



TFT-FUJI
みんなで考えたメニューでコラボランチを提供します。お楽しみに!



プルミエール
特製!スパイシーマカレー弁当です。ご予約はHPをご覧ください。



もぐもぐカレー
子どもたちが美味しいと絶賛!スパイスカレーの登場

