

「春の訪れとともに」

春の訪れとともに、新たなスタートを迎える季節になりました！子どもたちや地域の皆さんと過ごす日々の中には、小さな喜びや温かいつながりがあふれています。新しい季節を、それぞれのペースで楽しみながら、心と体を整える時間を大切にしていきましょう。4月も「介護者のつどい」を開催します。日頃の思いや悩みを分かち合い、ほっと一息つける時間を一緒に過ごしませんか？りあんもまた、4月からの新たな一歩を踏み出します。これからも子どもたちや地域の皆さんとともに歩み、温かい居場所を育んでいきたいと思ひます。心地よい春の日々が、皆さんにとって穏やかで優しい時間になりますように (西)

藤女子大4年生からのメッセージ

こんにちは！藤女子大学隈元ゼミです。4月となり暖かい日差しを感じるようになりましたがいかがお過ごしでしょうか？新生活が始まり緊張している方や楽しみの方が多くいると思いますが体調に気をつけてお過ごしください！

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：4月2日(水)13:30～14:30

参加費：2,000円

定員：12名

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



☆リトミック教室 すまいる

日時：4月21日(月)

①10:00～10:40 (0-1歳)

②11:00～11:40 (2-3歳)

参加費：親子一組2,000円(お土産付き)

申込/問合せ：公式LINE(@753jhjmo) <舟川>



☆介護者のつどい

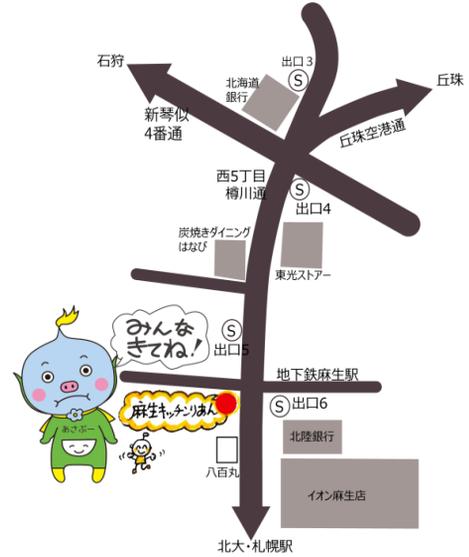
日時：4月25日(金)10:00～12:00

参加費：320円(要予約)

*介護について気軽に話しませんか。

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

☆料理教室プルミエール@麻生

<毎日のおうちごはん講座 5月生募集中>

食材選びをはじめ、包丁の扱い方、味付けなど続けて習うことで料理の基本が自然と身に付き、初心者さん大歓迎の講座です。

日時：火曜か日曜のクラスで、月2回受講

受講料：19,800円(税込) 3か月6回分まとめ払い

<プルミエール10周年特典>

「毎日のおうちごはん講座」「季節の特別講座」の初めての体験受講に限り

1回3,500円のところ1,000円(税込)

申込み：090-6446-0145(受付、Sメール可)

LINEID:@710exfvw



こども食堂りあん

毎月第3金曜日開催のこども食堂には、早めに来て宿題に取り組む子どもたちの姿があります。年上の子が小さい子の面倒を見ながら、一緒に遊んだりする光景も見られます。食事の時間になると、向かいに座った初めて会う人とも自然と会話が生まれ、和やかな雰囲気になります。みんなで食卓を囲みながら、笑い合ったりする温かい時間が広がっています。ここでは年齢や立場を超えて交流が生まれ、安心して過ごせる居場所になっています。みんなで一緒にご飯を食べると美味しいですよ。ぜひご利用ください。

	1 (火)	2 (水)	3 (木)	4 (金)	5 (土)	6 (日)
	休み	顔ヨガ  13:30~14:30 学習支援 	貸切り ぱすとらる	みんなの居場所 「かくれが」 15:00~18:00	休み	Mac's curry  11:00~14:30
7 (月)	8 (火)	9 (水)	10 (木)	11 (金)	12 (土)	13 (日)
芋福神  12:00~16:00	休み	休み	貸切り ぱすとらる	みんなの居場所 「かくれが」 15:00~18:00	休み	プルミエール  11:00~13:00 バターチキン カレー
		学習支援 				
14 (月)	15 (火)	16 (水)	17 (木)	18 (金)	19 (土)	20 (日)
芋福神  12:00~16:00	休み	休み	貸切り ぱすとらる	みんなの居場所 「かくれが」 15:00~17:00	休み	プルミエール  11:00~13:00 天津飯・春巻き
		学習支援 		こども食堂  17:00~19:00		
21 (月)	22 (火)	23 (水)	24 (木)	25 (金)	26 (土)	27 (日)
リトミック  10:00~10:40 11:00~11:40 芋福神  12:00~16:00	休み	貸切り 自然堂	貸切り ぱすとらる	 介護者のつどい 10:00~12:00 「かくれが」 15:00~18:00	プルミエール  11:00~13:00 カンバーニュー	貸切り アートクレイ シルバー
28 (月)	29 (火)	30 (水)	こども食堂 りあん(毎月第3金曜日) * 4月18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			
芋福神  12:00~16:00	休み	 もぐもぐカレー 11:30~15:00 17:00~22:00				



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。



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

