

## ちよこつと一息つきに

新緑が鮮やかになり清々しいですね。外出がワクワクする季節になりました。

今月はゴールデンウィーク中も日替わりシェフの食事がありません。また毎月第一週に開催の「顔ヨガ」は二週目に変更となっていますので、裏面カレンダーをチェックしてみてください。

新年度が始まりちよこつと一息つきたい方も、是非りあんにお立ち寄りください。誰でもちよこつと寄れる空間で、ゆるやかに人とふれあい、心地よさを感じていただくと嬉しいです。(直)

## 藤女子大4年生からのメッセージ

こんにちは！隈元ゼミです。  
皆さん5月のテーマは「こどもの日」があるということで、お子様ランチにちなんで大人様ランチです ✨  
子ども心を思い出す、あれやこれをメニューに詰め込んでいますのでぜひお待ちしております！

## まちの教室など～今月のあれこれ

### ☆顔ヨガでステキな笑顔で脱マスク！

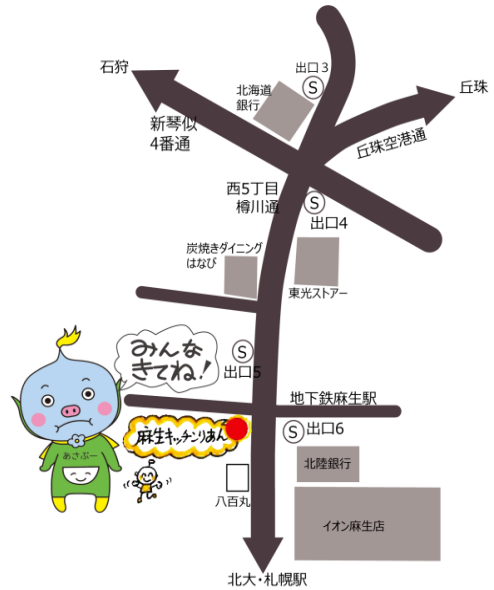
日時：5月8日(水)13:30～14:30  
定員：12名  
参加費：2,000円  
申込み：090-1300-7716(斉藤)  
\* 簡単でお顔の悩みに効果的な顔ヨガポーズをお伝えします。

### ☆料理教室プルミエール@麻生

5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



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

### ☆パステル和アート

日時：5月23日(木)10:30～12:00  
参加費：700円  
\* 絵が苦手でも大丈夫。手ぶらで参加できます。



### ☆介護者のつどい

日時：5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お話しませんか。話を聞くだけでも参加できます。

申込・問合せ：011-707-9923 担当：久保  
info@asabu-rian.com

## こども食堂は最後のお弁当でした

3月22日(金)は、最後のお弁当配布の日でした。2020年5月から開始し、約4年で子ども3,326人、大人1,194人にお弁当を届けることができました。これも、地域の皆様からのご支援の賜物と感謝申し上げます。4月からの会食の様子は、改めてご報告させていただきます。引き続き、どうぞよろしくお願い致します。

		1 (水)	2 (木)	3 (金)	4 (土)	5 (日)
		休み	タウス 🍴🍴 11:00~15:00 17:00~20:00	休み	学習支援 📖	Mac's curry 🍴🍴 11:00~14:30
		学習支援 📖				
6 (月)	7 (火)	8 (水)	9 (木)	10 (金)	11 (土)	12 (日)
休み	貸切り おうち生活 見直し隊	顔ヨガ 🧘 13:30~14:30	休み	みんなの居場所 「かくれが」 15:00~19:00	学習支援 📖	プルミエール 🍴 11:00~13:00 照り焼きチキン
		学習支援 📖				
13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)	18 (土)	19 (日)
藤麻人 🍴 11:30~15:00	プルミエール 🍴 11:00~13:00 照り焼きチキン	貸切り ぱすとらる	休み	みんなの居場所 「かくれが」 15:00~17:00	学習支援 📖	プルミエール 🍴 11:00~13:00 アスパラの肉巻き
		学習支援 📖		こども食堂 🍲 17:00~19:00		
20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)	25 (土)	26 (日)
芋福神 🍠 12:00~16:00	貸切り ぱすとらる	貸切り ぱすとらる	パステル和アート 10:30~12:00	介護者のつどい 10:30~12:00	プルミエール 🍴 11:00~13:00 札幌まつり	貸切り アートクレイ シルバー
				「かくれが」 15:00~19:00		
27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)	31 (金)		
芋福神 🍠 12:00~16:00	プルミエール 🍴 11:00~13:00 アスパラの肉巻き	貸切り ぱすとらる	タウス 🍴🍴 11:00~15:00 17:00~20:00	休み		

## 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)

**オランダパンケーキ タウス**  
オランダ人が作る、オランダパンケーキは、どの時間帯でも食べられるお食事系パンケーキです。



**Mac's curry (マックスカレー)**  
スパイスと塩のみで調味しています。一度食べてみませんか？



**藤麻人 (とまんと)**  
藤女子大生による栄養バランスのとれたお料理を提供します。



**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。



**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。

