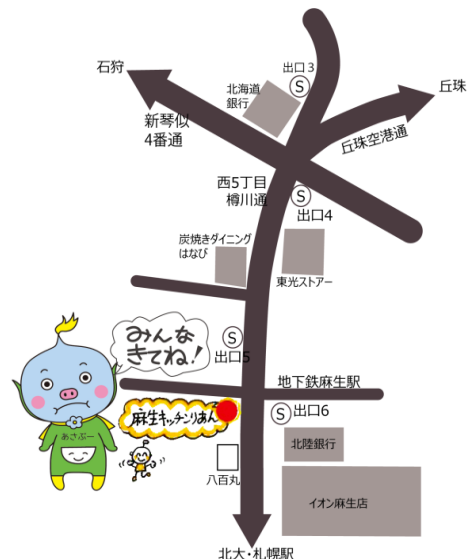


### 「新しい一歩」

冬の間、午後4時頃には暗くなっていた空が、少しずつ日が伸びてきましたね。これから活動しやすい季節になると共に、卒業を迎えるお友だちは、新しい一歩にドキドキしていることと思います。りあんは、その一歩を応援しています。楽しいことも、困ったことも一緒に笑ったり、悩んだりする仲間であってほしいと思います。沢山のお話をこれからも聞かせてください。今月も「まちの教室」や「介護者のつどい」などを予定しています。「介護者のつどい」では、話を聞くだけでも大丈夫。一人で抱えることなく、皆でお話しませんか？  
 (新)



### 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。  
 3月になりました。まだ肌寒い日もありますが、いかがお過ごしでしょうか？  
 3月は卒業シーズンですね。卒業された皆さんおめでとうございます。別れがあると必ず出会いもあります。引き続き4月の新学期まで頑張っていきましょう。

### 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：3月5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 🍷

3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：3月28日(金)10:30～12:00  
 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

#### ☆リトミック教室すまいる

日時：3月14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



### 日頃のご支援に心より感謝申し上げます

いつも温かいご支援をありがとうございます。  
 振り込みでご寄付くださった皆さまには、連絡先が分からず直接お礼をお伝えできないことを心苦しく思っております。  
 この場をお借りして、心より感謝申し上げます。  
 皆さまの温かいお気持ちに支えられ、子どもたちの笑顔と安心の場が生まれています。  
 地域の皆さまと共に、誰もがほっとできる居場所を育ててまいりますので、これからもどうぞよろしくお願ひいたします。  
 お近くにお越しの際は、ぜひお立ち寄りください。



こども食堂 りあん(毎月第3金曜日)					1 (土)	2 (日)
* 3月21日(金)17:00~19:00 * 予約不要(完売次第終了となります)					* こども: 100円、おとな: 500円 * 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	
3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	7 (金)	8 (土)	9 (日)
芋福神 12:00~16:00	休み	顔ヨガ 13:30~14:30 学習支援	貸切り ばすとらる	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 美唄のとりめし
10 (月)	11 (火)	12 (水)	13 (木)	14 (金)	15 (土)	16 (日)
芋福神 12:00~16:00	プルミエール 11:00~13:00 美唄のとりめし	休み 学習支援	藤麻人 11:30~15:00	親子ふれあい リトミック 9:30~10:10 10:30~11:10 「かくれが」 15:00~19:00	学習支援	プルミエール 11:00~13:00 豚丼
17 (月)	18 (火)	19 (水)	20 (木)	21 (金)	22 (土)	23 (日)
芋福神 12:00~16:00	TFT-FUJI 11:30~15:00	休み 学習支援	貸切り 旅する食育 10:30~14:00	みんなの居場所 「かくれが」 15:00~17:00 こども食堂 17:00~19:00	プルミエール 11:00~13:00 春のお弁当	こども食堂 お仕事体験会
24 (月)	25 (火)	26 (水)	27 (木)	28 (金)	29 (土)	30 (日)
芋福神 12:00~16:00	プルミエール 11:00~13:00 豚丼	もぐもぐカレー 11:30~15:00	さわみな☆かふえ 10:00~15:00	介護者のつどい 10:30~12:00 「かくれが」 15:00~19:00	休み	貸切り アートクレイ シルバー
31 (月)	芋福神 12:00~16:00		LINE公式 アカウント QRコード		* 3月20日(木) 第4回 旅する食育は千葉県の「かざり巻きずし」です。 詳細は別紙をご参照ください。	

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。



**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。



**藤麻人(とまと)**  
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。



**TFT-FUJI**

1月に続いてコラボランチの提供を行います。売り上げの一部はアフリカの子どもたちに寄付されます。



**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

