



2025年5月 第122号
発行：NPO法人麻生キッチンりあん
札幌市北区北39条西5丁目2-12
TEL 011-707-9923

「風薫る5月、心も軽やかに♪」

木々の新緑もまぶしく、たくさんの花が咲く季節となりました。青空が広がるお天気の良い日には、いつもより少し足を伸ばしてお散歩がてら「りあん」にも足を運んでみてくださいね。藤女子大生「藤麻人（とまん）」の健康にやさしいランチはいかがですか。学習支援は4月から水曜はりあんで継続中ですが、土曜は北町会館をお借りしています。地域の皆さまの温かなご支援を頂きながら、みんなで元気に活動を続けております。皆さまのご来場をお待ちしています。（典）

藤女子大4年生からのメッセージ

皆さん、こんにちは！隈元ゼミです。5月になり過ごしやす季節になってきましたね！この春より新生活を始められた方もいると思いますがいかがお過ごしでしょうか。今月も栄養バランスのとれた食事を準備しています！ぜひ、お気軽にお越しください！

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：5月7日(水)13:30～14:30
参加費：2,000円
定員：12名
申込み：090-1300-7716(齊藤)

*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：5月26日(月)

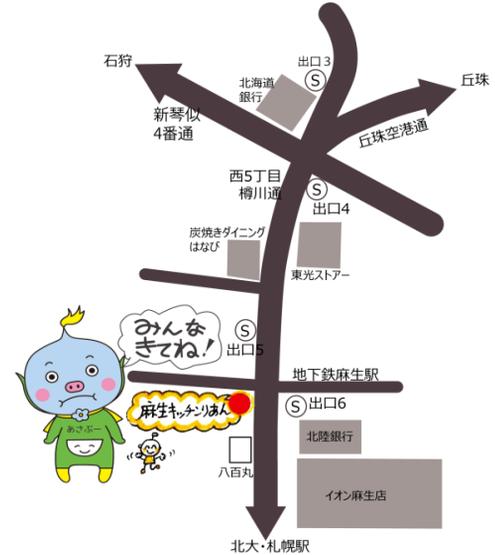
- ①10:00～10:40 (0-1歳)
- ②11:00～11:40 (2-3歳)

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>



☆お知らせ

キッチン完備！ママ友会やイベントにぴったりなレンタルスペースを貸し出し中。まずは、お問い合わせはホームページよりお願いします。



今月のおすすめイベント

☆介護者のつどい

日時：5月23日(金)10:00～12:00
参加費：500円(要予約・ドリンク付き)
申込/問合せ：011-707-9923 担当：久保

*ご家族やご親族を介護されている方、これから介護される方が安心してお話いただける場です。さまざまな困りごとやお悩みが話題に上ります、お互いに思いやりを持ち、共感し合い知恵を出し合うことで有意義な時間となっています。



「学習支援」の開催場所変更のお知らせ

いつも麻生キッチンりあんの活動にご理解とご協力をいただき、ありがとうございます。4月より、土曜日の学習支援は「麻生北町内会館」（麻生町7丁目2-14）で開催することになりました。水曜日はこれまで通り「りあん」で行います。このたび、麻生北町内会の会長をはじめ役員の方々の皆さまのご厚意により、学びの場を継続できることになりました。心より感謝申し上げます。皆さまとともに、これからも子どもたちの学びを支えていければと思います。引き続き、どうぞよろしくお願いいたします。

こども食堂 りあん(毎月第3金曜日)		1 (木)	2 (金)	3 (土)	4 (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		貸切り ばすとらる	みんなの居場所 「かくれが」 15:00~18:00	休み	Mac's curry 11:00~14:30	
5 (月)	6 (火)	7 (水)	8 (木)	9 (金)	10 (土)	11 (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」 15:00~18:00	貸切り 居酒屋ひまわり (麻生駅前町内会) 17:00~19:00	プルミエール 11:00~13:00 基本のハンバーグ
12 (月)	13 (火)	14 (水)	15 (木)	16 (金)	17 (土)	18 (日)
芋福神 12:00~16:00	プルミエール 11:00~13:00 基本のハンバーグ	休み	貸切り ばすとらる	みんなの居場所 「かくれが」 15:00~17:00 こども食堂 17:00~19:00	休み	プルミエール 11:00~13:00 親子丼
19 (月)	20 (火)	21 (水)	22 (木)	23 (金)	24 (土)	25 (日)
芋福神 12:00~16:00	休み	藤麻人 11:30~15:00 学習支援	貸切り ばすとらる	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 飾り巻き寿司	貸切り アートクレイ シルバー
26 (月)	27 (火)	28 (水)	29 (木)	30 (金)	31 (土)	 りあんLINE 公式アカウント QRコード
リトミック 10:00~10:40 芋福神 11:00~11:40 12:00~16:00	プルミエール 11:00~13:00 親子丼	もぐもぐカレー 11:30~15:00 17:00~22:00	さわみな☆かふえ 10:00~15:00	休み	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)

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。



藤麻人(とまん)
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。



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



★日替わりシェフオーナー募集中

得意料理でお店を開いてみませんか?

興味のある方はQRコードよりお気軽にお問い合わせください

