

街の家族春のコンサート

場所：地域ケアプラザ多目的ホール

日時：3月26日

11時から12時半

出演：リズムミックガーデン青葉台

春の訪れを感じながら、生の音楽を楽しみませんか。入場料無料！事前予約をおねがいします。お子様連れもちろんOKです。ディズニー、映画、タンゴなどのメドレーを演奏して下さる予定です。

光輝リラックスタイムについて・・・

いったいどんな感じなのだろう？そう思う方も多いはず。体験者の方に感想を聞きました！
 Oさん「当日は効果を感じなかったが、翌日にすっきりした感じがあり驚いた。肩こりに悩んでいたが、足先がこっているのが原因ということで、日常で足先をほぐすアドバイスもいただいた。」
 Aさん「先生は私の体を少し触っただけで体の不調を言い当ててビックリ！お灸？のような施術は、暖かくて気持ちよくふわっと眠くなるような感覚で癒されました」
 普段は1時間で有料の施術をされていますが、体験ということで10分無料で施術してくださっています。
 興味のある方ぜひどうぞ！私も受けてみたい！

3 2015
March

■予定は変更になる場合もあります Mail : machikazoku@yahoo.co.jp HP:http://www.machinokazoku.info
 ■冬期(12月～3月)は暖房協力金にご協力をお願いします。1日30円/家族 又は1ヶ月300円/家族
 ■今月より「みんなで太極拳(無料)」は日にちを固定せずに行います

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 Mama's kitchen ひな祭り (参加費:600円) パソコン	4 おたのしみ	5 全体活動連絡会14:00～ つむぎ工房ミシン部 (参加費:300円) パソコン	6 親子のおしゃべり広場	7
8	9	10 つむぎ工房ニット部 (参加費:100円) パソコン	11	12 光輝リラックスタイムスペシャル 11:00～13:30 日常生活と防災の日 家族の備蓄庫の整備の日 パソコン	13 親子のおしゃべり広場 Riengoちゃんの楽しいレッスン 13:00～ 参加費:600円 酒粕クッキング (参加費:500円)	14 土曜カフェ 11:00～14:00
15	16	17 「街の家族」の開催日(黄色の表示の日)は、 ランチを作っています(300円) ★印の参加は事前申し込みです ホームページ、又は直接お申し込み下さい パソコン	18 おたのしみ 電磁波について話そう	19 多部田さんの 日々の食事と災害・非常食 <身近な食材> パソコン	20 親子のおしゃべり広場 普段の工夫食 ★Tomさんの英会話のお部屋 10:30～12:00	21
22	23	24 ★メダカの学校より ～大自然の恵のランチ～ (参加費:500円) パソコン	25	26 お誕生日会 家族みんなでコンサート 出演 リズムミックガーデン青葉台 11時～12時30分 家庭地域ケアプラザ パソコン	27 親子のおしゃべり広場 ★創作ランチ (参加費:700円) 縁側マルシェ はやしさんの野菜販売	28
29	30	31	4/1	4/2	4/3	4/4
■火・水(不定期)・木・金曜日(黄色の表示の日:祝日も)は10時～15時まで開催しています(土・日は基本的には休み) ■その他の曜日も利用可 但し予め運営委員会に相談ください。連絡先:080-1259-5751(岩間) ■会費(一家族):1回/100円。1ヶ月/1000円(いずれかの方法でお願いします) ■その他、参加費(材料費・実費)がかかる場合もあります(ホームページ・ポスター等でお知らせいたします)						4/4(土)11:30～13:30 お花見(予定) きれいな桜を見ながら お弁当を食べましょう

今月のピックアップイベント

※それぞれ街の家族利用料 130円(暖房費30円含む)が別途かかります。

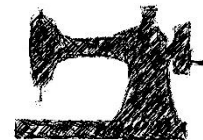
13日 酒粕クッキング

神奈川県で220年続く井上酒造「箱根山」の純米酒の酒粕を使ってクッキング！
 甘酒、粕汁だけじゃない酒粕の美味しさに触れてみませんか？
 メニューは決まり次第お知らせいたします。



18日 電磁波について話そう

あまり知られていない電磁波が及ぼす影響や、対策などを話します。



★ミシン部(先生がいる日)以外の日でもミシンが使えます！

入園入学準備にいかが？ミシン利用料100円が別途必要となります。詳しくはお問い合わせください！

☆味噌作りをしました☆

毎月1回、自然食を教えに来てくださるNPO法人メダカの学校の渡辺さんご指導の下、無農薬の国産大豆などこだわりの材料をつかって味噌作りをしました。おいしくなること間違いなし！出来上がった味噌はまちの家族のランチでも使う予定です。お楽しみに☆



第3回 まちのつむぎマルシェ開催

4/25(土) 10:30~15:00



出店者を募集中！

ハンドメイドの雑貨
などが並びます。
詳しくはお問合せ
ください。

今月の投稿



(撮影者より)

日本雉。

3年程前奈良上地区で撮影。

以前は親子連れの姿も見せていましたが、ハクビシンや鷹に襲われたのか最近は見なくなりました。

街の家族は、赤ちゃんからお年寄りまで地域のみんなが集まって『どんな時でもささえあえる』気軽な憩いの場所を目指しています。イベントへの参加のお申し込みは下記までどうぞ。

※また暮らしに関するこんな企画は？というみなさまのアイディアも随時募集しております。お気軽にお問い合わせください。

どんな時でもつながりあえる 街の家族

〒227-0036

横浜市青葉区奈良町1566の332

E-mail: machikazoku@yahoo.co.jp

HP: <http://www.machinokazoku.info>

Facebook:

<http://www.facebook.com/machinokazoku>

開催曜日: 毎火、木、金曜日と水曜日(不定期)

利用時間: 10:00~15:00(時間内出入り自由)

利用料(一家族) ¥100/回もしくは¥1,000/月

※冬期(12~3月)のみ+暖房費¥30もしくは¥300

Access



東急バス、横浜市バス「センター前」下車徒歩5分



2015年 3月



♡うきうき入園・入学準備の季節です♡

今月の特集

☆街の家族 春のコンサート

☆光輝リラックスタイムについて

☆味噌作りをしました

☆第3回まちのつむぎマルシェ開催

☆今月の投稿

まちだよりで掲載する写真や俳句などを募集しております。皆様の投稿をお待ちしております。下記アドレスにお送りください。
machikazoku@yahoo.co.jp