

# 健康講座 開催

内容: 腸・血管・目凶年齢を7!!  
最新機器を使った栄養状態のチェック

しまーす!!

※ 物販 勧誘は有りせん ご注意



## 外敵(ウイルス等)に戦う力をどれだけもっていますか??

手洗い、うがい予防はもちろんのこと、さらに自分の体の中に外敵が入ってきたら、それをやっつけてくれる力をどれだけもっているか!! これも重要です!!

コロナウイルス予防対策は前提としてウイルスを持っている人に接触しないことです。ただ、人と接する事なく生活をずっと続ける事は難しいです。たとえ発症してしまっても、やっつけてくれる力(免疫力)の高い方は軽症です。

やっつけてくれる力(免疫力)の一つとして『体の中の戦う力』=『様々な栄養素』これが相互に助け合っ、て外敵をやっつけてくれます!! これは日々のバランスの良い食事、質の良い睡眠、適度な運動の積み重ねです!!

今こそあなたの体の中の(戦う力)を測ってみましょう!!



3月17日(火) 10:00-12:00 かんぞらハウスにて 参加費500円



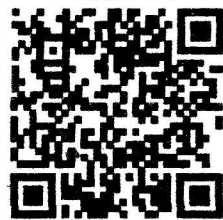
問合せ: 田中光志 090-1825-1917 しかりマスタ7をしてご来場を!!

かさぞらのまちゼル  
2020.4.11 グラドホープ!!

10時から菓子まきのあと、引き続き内覧会を行います!!  
どなたでもご参加いただけます!!

かさぞらのまち食堂  
シェフ募集

自分のお店としてオープンできる食堂です!  
問合せ: kasaderas yokudo@gmail.com



発行

かんぞら monzen亭  
名古屋市南区笠寺町  
西之門 53-2  
822-0885

monzen亭 定例会  
毎月第2土曜日  
朝9:30 ~ 正午  
参加費: 310円  
コーヒー・バラ・ミルク  
822-0885  
お気軽に参加してね!!

笠寺ミツ子プロジェクト  
ボランティアスタッフ  
大募集!!

一緒にミツ子育てませんか?!!  
まずは勉強会からご参加下さい!  
勉強会の開催日は決り次第かんぞら monzen亭ホームページ、または、笠寺ミツ子プロジェクトのフェイスブックページにてお知らせします!!



毎年節分の前後には、笠寺の  
アートイベント「つなご・つながる〜アート  
で楽しむ笠寺〜」を開催しています!

今年つなご・つながるでは、飛び入り企画で「亀池に溜まっている泥を焼き物が作れるか」という実験ワークショップを行いました。まず「ゴミや石が混ざっている泥をふるいにかけて、粒子を整え、1:1の比で粘土を加えて練り込みました。できた土を使って、子ども達にクッキーの型抜きで形を作り、うさぎ、猫などの糸を編いてもらいました。それを七輪で炭を使って焼いてみたらとてもいい色に焼けました!!

冬が明けたら亀池再生プロジェクトの新しい取り組みとして、池の泥の有効利用を進めていく考えですが、使い道の1つとして焼き物に利用することも考えられよう。泥の性質からすると腐葉土として利用するのが最も適していて、多くの量を使うことができると考えられます。畑やプランターの栽培実験も考えています!!

亀池再生プロジェクト 3月  
3月28日(土) 10:00-12:00  
お気軽にご参加下さい

## あるある!!

かさぞら...

逆走しているドライバーには...



環状線、笠寺西門の交差点を東方向(鱈屋さんの鳥居さんと郵便局の前を通り観音のまじら!!のあの道)...あの道は一方通行ですよね。だから、1日で何件も逆走車かいます。あそこは分かりづらいですが、その逆走車を見かけると、対向車のドライバー、歩行者は「あんた何見とるの!」

逆走!!  
ここは一方通行だよーアホちゃう?」のような大半はキツイ言い方...そんな中、1台カーのおまわりさん。完ペキ! 「ドライバーさん、ここは一方通行です。そのまま20mほどバックし、郵便局の駐車場を方向転換して下さい。」たったこれだけ!!  
この新聞を手に取った方! まちがたドライバーさんを見かけたら優しくいいいに教えてあげましょう! 笠寺っていいまちだと思ってくれよう!!

日	月	火	水	木	金	土
15] <del>歌声まつ</del>	16] <del>マ-</del>	17] 書道 健康講座 NEW!!	18] <del>マ-</del> 美術	19] ? かもん	20] Let's Chat	21] フリマフリマ ポラレ-ル
22] #つくるかせでら	23] <del>マ-</del>	24] 書道	25] <del>マ-</del> 美術	26] ? かもん	27] Let's Chat	28] ? かんのんみろび 島池再生
29] 笠寺音楽フェス	30] <del>マ-</del>	31] 書道	4月1日 マ- 美術	2] ? かもん	3] Let's Chat	4] ○ → 開催 X → 中止
5] マ-	6] ?	7] 書道	8] 美術	9] ? かもん	10] Let's Chat	11] ? → 未定

## Weekly

## Monthly

● 笠寺マ-シャ・横丁 (月曜会、水曜会、日曜会)

※ 月曜会・水曜会は3月中は中止! X

<日曜会> 4月の開催は未定△

- ・4月5日(日)は開催予定!! 麻雀はじめの市
- ・初心者向け講座...11:00-12:30 お気軽にどうぞ☆
- ・ゲーム...13:30-16:00
- ・ゲーム前に麻雀の基礎知識を学べます!
- ・参加費: 500円 ・場所: かんぞうハウス
- ・問合せ: 080-7981-5282 (大塚)

- 書道教室 ※学校がお休みでもやります!
- 毎週火曜日 15:00-18:00の希望の時間で☺
- ・料金: 一般1,000円/回、学生800円/回 (講師持ち)
- ・場所: かんぞうハウス
- ・問合せ: 090-9028-6371 (木村鈴子)

- 美術・工作・デザイン教室 ※学校がお休みも開催!
- 毎週水曜日 13:00-20:00の希望の時間で☺
- ・料金: 小学生以下1,000円/回、中学生以上1,500円/回 (最終入場18:00)
- ※ 美術デザイン系高校、大学入試対策します! (価格は要相談)
- ・場所: かんぞうハウス ・問合せ: 090-3556-9874 (とびだ-アート工房)

- かもん教室 ※開催未定△
- 毎週木曜日 10:00-16:00 (第5は休み)
- ・場所: かんぞうハウス ・参加費: 800円/回
- ・問合せ: 090-9189-8665 (野原)

- Let's Chat 開催します!
- 毎週金曜日 18:30-20:30 A7-5に英語でおしゃべり!
- ・場所: Nトラボ (南区前浜通 7-1-2)
- ・料金: 1,500円/回 ・問合せ: 080-1215-0629 (岡村)

● 歌声まつ ~~X中止X~~

4月以降の開催は未定!

- 健康講座 **New** ★開催します★
  - ・日時: 3月17日(火) 10:00-12:00
  - ・場所: かんぞうハウス
  - ・参加費: 500円
  - ・問合せ: 090-1825-1917 (田中)
- 健康の基礎知識を知り、食生活から健康と気づきましょう!

- 笠寺フリマフリマ & ポラレ-ル天国 ★開催します★
- ・日時: 3月21日(土) 10:00-14:00
- ・場所: 笠寺観音境内
- ・出店料: 売上の10% (ただし100円未満切捨、上限500円)
- ・問合せ: 090-9268-7695 (青山)
- 個人で気軽に参加できる交流の場を目指しています☺
- ポラレ-ルプレイスペース、子どもフリマエリア (いずれも無料) あります!
- ★同時開催! 笠寺音楽フェス 番外 フリマフリマ編 やります!

- #つくるかせでら シオラマ箱庭学校
- ・日時: 3月22日(日) 13:00-16:00
- ・場所: かんぞうハウス
- ・参加費: 500円 ・問合せ: 090-9268-7695 (青山)
- 自分好みの風景を作ってみませんか☺

3/28 (土) ● かんのんみろび △△△△△  
※開催が中止かの決定は3月17日以降フェイスブックにて告知します!

- ・10:00-14:00 ・笠寺観音境内
  - ・問合せ: 080-3011-4477 (田中)
  - 笠寺観音 島池再生プロジェクトの活動
  - ・10:00-12:00
  - ・笠寺観音島池 ・参加費: 無料
  - ・問合せ: 090-4259-6556 (浅井)
- 開催未定!

- 笠寺音楽フェス
- ・日時: 3月29日(日) 11:00 ~ ※13:00~30分間 休けい
- ・場所: 笠寺観音境内
- ★T・ショウ、しゃんしゃんGo!!、都築敏博、TSUKKY、MASAKI、松浦美久、きむせん