

4月のハッチ イベント

日にち	曜日	イベント	時間	備考
6日	土	マルシェ	9時~11時	ハッピーハッチ恒例! マルシェ!
5・19日	金	ウクレレ教室	13:30~	講習費¥1,500 ウクレレ貸し出し有り 要予約
12・26日	金	ウクレレ教室 (入門レッスン)	13:00~	講習費¥1,500 ウクレレ貸し出し有り 要予約 はじめての方大歓迎です! チャレンジしてみませんか!
10・24日	水	ハッピーハッピーカレー	11:00~14:00	岩田農園の札幌黄を使っています!
20日	土	角 圭司 ギターコンサート	13:00~	プログラム: 青空のように・11月のある日・魔笛の主題による変奏曲・禁じられた遊び・インマイライフ・エリナーリグビー 他
10・22日	水・月	耳つぼ体験会	10:30~14:00	要予約 ランチをご利用ください
16日	火	暮らしの保健室1 要予約	12:30~14:30	健康・介護相談 ※足の爪切で困っている方はお声かけください
25日	木	暮らしの保健室2 糖尿病教室	14:00~15:00	テーマ「糖尿病と眼疾患について」 講師: 看護師・糖尿病療養指導士 森山由希子 さん

29日は昭和の日の為、店休

ホームページがリニューアル! 月間予定表のPDFがスマホにダウンロード可能です!

暮らしの保健室で健康について考えませんか?

暮らしの保健室①

~健康・介護相談~ 看護師が相談をお受けします
毎月 第三火曜日 12:30~14:30
4月は16日(火)

ワンドリンク制
300円
※ご来店
お待ちしております

暮らしの保健室② 25日(木)

糖尿病教室「糖尿病と眼疾患」
話: 看護師・糖尿病療養指導士 森山由希子
14:00~15:00 参加申し込み8名定員

毎月第二・第四水曜日は 岩田農園の札幌黄を使っておいしく作っています!

ハッピーカレーの日
今日は10日・24日です!
11:00~14:00

ハッチでは「みきファミリークリニック
三木敏嗣先生のアドバイスを頂いて
健康ランチに取り組みます。毎月
第三水曜日に限定5食提供いたします。
レシピも用意いたしますので是非
ご利用ください!

4月
ポークハヤシライス
コールスローサラダ
スイートパンプキン

健康
ランチ
限定5食
4月は18日(木)

下記の条件を満たす
健康に配慮されたメニューです

- ①一食当たりのエネルギーが 500kcl~650kcl
- ②脂肪エネルギーが占める割合が 概ね25%程度
- ③食塩相当量3g程度
- ④野菜の量が100g以上

ハッチの健康ランチ始めます

4月 コミュニティプラザハッピーハッチ

フェイスブック・インスタ・フォローしてね!

入学
おめでとう
ございます

2024

カフェ営業
平日:15:30まで
土曜:14:30まで
ラストオーダー30分



ハッピーハッチ

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1 April Fools エイプリル・フール	2	3	4 入学式	5 ウクレレ教室 13:00~17:00	6 マルシェ 9:00~11:00
7 定休日	8	9	10 耳つぼ体験会 10:30~14:00 要予約 ハッピーカレーの日 11時~14時	11	12 ウクレレ教室 入門グループ レッスン 13:00~15:00	13
14 定休日	15	16 暮らしの保健室 ※健康相談 12:30~14:30	17	18 ハッチ健康ランチ ※限定五食 ※別紙参照	19 ウクレレ教室 13:00~17:00	20 角 圭司 ギターコンサート 13:00~
21 定休日	22 耳つぼ体験会 10:30~14:00 要予約	23	24 ハッピーカレー の日 11時~14時	25 暮らしの保健室 ※糖尿病教室 14:00~15:00	26 ウクレレ教室 入門グループ レッスン 13:00~15:00	27
28 定休日	29 昭和の日 店休	30				

各行事お申込み・お問合せ011-374-1888

4 / 6 土

今月は!

栄町中央商店街

マルシェ

ハッピーハッチにて
毎月第1土曜日開催

新鮮野菜!
旬のお魚!
焼き立てパン!
手作り小物!

角 圭司
ギターコンサート

4/20(土)13:00

角 圭司 Keishi Sumi(ギター) 1999年米国ジョ
ンズ・ホプキンス大学ピーボディ音楽院入学、翌
年、修士課程に特別進級。2002年卒業。1997
年スペイン音楽ギターコンクール優勝。M.バルエ
ユ、R.チェスター、尾尻雅弘の各氏に師事。米国
同時多発テロ後、米国国務省で演奏。NYでチャ
リティーコンサートを行いTVで全米で紹介された。
カーネギーホール含む全米各地・コスタリカ・台
湾・スペイン・ベトナムなどでも演奏。2015年、
東京文化会館にて帰国10周年リサイタルを行った。
2018年4月新CD「南十字星の雫」を発売。