

さわやかメール

2020年3月10日(火) vol. 465

<http://www.sawayaka-mail.com>

発行部数
13150部

発行所 ASA多摩センター・永山

〒206-0033 東京都多摩市落合1-20-10

フリーダイヤル0120-165-211 / フリーFAX0800-800-3154

お散歩の途中で...

第148回

桜の名所吉祥院から『花まつり』と『写仏』『写経』のご案内

＊『花まつり』のお知らせ

仏教を開いたお釈迦様が誕生した4月8日は「花まつり」です。

日本では古来より、誕生仏に甘茶をかけてお祝いし、飲むことで無病息災をお祈りして参りました。特に子供が甘茶をそそぐと、聡明にして健やかに育つとされています。ぜひお試しください。甘茶は無料です。

日時: 4月8日(水) 10:00~17:00
場所: 吉祥院 多摩市豊ヶ丘 1-51-2
TEL 042-374-2871



吉祥院の美しいしだれ桜

＊『写仏』『写経』のお知らせ

絵を描くことが苦手な方でもなぞるだけで、簡単に仏像の絵を写すことを「写仏」といい、お経を写す「写経」と同様に心を整える修行として行われています。また、ストレス解消、集中力アップ、認知症予防にも効果があると考えられています。ぜひ、心をほぐす写仏の時間をお楽しみください。毎月写す仏像が変わります。『写経』も行っています。用具は全てこちらでご用意します。

日時: 毎月第3土曜日 15:00~(次回は3月21日) / 場所: 吉祥院 / 費用: 1回500円

◇所要時間は約1時間です。前日までに電話にてお申込み下さい。
◇完成した写仏、写経は回向後、奉納していただきます。

申込先: 吉祥院 TEL042-374-2871

<里山であそぼう>

親子で里山・探検ハイキング “宝物”を探せ

4/19(日)
9:30~12:00
雨天中止



ー 長池公園に設定した1時間程度のコース ー
探検のルール

- ①チェックポイントを見つけながら、里山のハイキングを楽しむ
- ②チェックポイントの課題に挑戦する
- ③里山に隠された、「宝もの」を探してゲットする

集合時間: 9:30 長池公園自然館エントランス
(安全についての説明がありますので 時間厳守 をお願いします。)

対象: 年長さん~小学5年生(家族単位で参加)
定員: 10組
参加費: 1人/400円
服装: 野外活動に適した服装・帽子・滑りにくい靴
持ち物: えんぴつ・タオル・ザック・飲み物

※3/15より予約受付開始



★お申し込みは先着予約制です。

主催: ひとまちみどり由木

お問合せ・申し込み 長池公園自然館

八王子市別所二丁目58

TEL042-678-4616

<https://www.h-yugi.org/nagaikepark>

ナビくるめ 特別編

『トレノノッテ』閉店のお知らせ

このたびパルテノン多摩大規模修繕工事に伴い、

3月31日をもちまして閉店することになりました。

多摩中央公園に隣接した市民の憩いの場であり、コンサートホール内のレストランとカフェという素晴らしい環境で運営させていただき、11年と少し、たくさんのお客様に支えられ、感謝の気持ちでいっぱいです。スタッフ一同より感謝申し上げます。

~3/15(日)までは新型コロナの影響でクローズしますが、

◆ケータリングサービス

◆お弁当デリバリー(5000円以上)

期間中も承りますので、ぜひご利用ください。

大好評! 免疫力UP テイクアウトボックス受付中!
5000円以上のご注文で配達OK(近隣)

- ◆ハンバーグステーキトマトバジルソース..... 650円
- ◆チキンローストマッシュルームクリームソース..... 750円
- ◆定番ポークスペアリブ弁当..... 650円
- ◆彩り野菜たっぷりサラダ.....

・白米or 雑穀米or 日替わりパスタからお選びください。
・サラダとセットで100円OFF
・オリジナルドレッシング 人参or香味味噌 をお選びください。
(※価格は全て税込みです)



ハンバーグステーキ



チキンロースト



定番ポークスペアリブ弁当



彩り野菜たっぷり
サラダ



treno-notte.com

ベジフルキッチン トレーノ・ノッテ

お問合せ・ご予約 042-373-7323

多摩市落合2-35 パルテノン多摩5F

ご注文: 080-4154-3232(直)

インフォメーション

BOOK
ご紹介

ニュースや統計、知りたいことは
全部載っている!

朝日
ジュニア学習年鑑
2020

日本と世界の最新データがぎゅっしり!!
調べ学習に、必携の一冊!

定価
2530円(税込)

※この本の購入を希望される場合はメッセージ欄でお知らせください。



新型コロナウイルスへの不安が広がる中、SNSなどを介し、日用品の在庫や感染の予防法などに関して誤った情報が飛び交っています。まちがった情報がSNSで広がると、感染を広げることもつながりかねません。どんな情報を疑うべきなのか? 自分自身が広げないためには、まず、
①新聞を読む
②自治体のウェブサイトを見る
③テレビのニュースなどでも報じられているかを確認することが大切です。
一日も早い終息を願うばかりです。
所長