

# 4月のお弁当



1. ガパオライス

鶏ひき肉と野菜をハーブとオイスターソースで炒め、唐辛子を加えました。



2. BBQポーク丼

豚肉と玉ねぎを炒めてバーベキューソースを絡めました。サラダ付きです。



3. チキンスープカレー

13種類のスパイスを使用した特製スープカレー。菜の花、スナップエンドウ、ポテト、人参を添えた春バージョンです。



4. 酢豚弁当

揚げた豚肉に、彩り豊かな野菜を加え特製甘酢あんを絡めました。



5. エビカツ&  
鶏の唐揚げ弁当

エビカツと、鶏の唐揚げ2個入りのボリューム満点のお弁当です。



6. 白身魚のレモンバター  
包み焼き弁当

白身魚に手作りレモンバターソースをかけて蒸し焼きにしました。

1~6. ¥600

7. 焼きうどん

8. 焼きそば

9. お子さま弁当

¥400

営業日 毎週水曜日・金曜日

4月2日(水), 4日(金),  
9日(水), 11日(金),  
16日(水), 18日(金),  
23日(水), 25日(金),  
30日(水)

お弁当の受け取りは、11:00~(売り切れ次第終了)  
カフェ営業は14:30まで

なんカフェ公式LINE



@767pufwy

なんカフェ公式Instagram



nan\_cafe.ginan

公式LINE、Instagramから簡単にお弁当や席の予約ができます。

多世代交流カフェ なんカフェ

岐南町社会福祉協議会

羽島郡岐南町野中8-75 岐南町総合健康福祉センターやすらぎ苑内  
☎058-240-2100 (平日8:30~17:15)





長く厳しい冬が終わり、ようやく春の暖かさを感じられる季節になりました。ご入園、ご入学、ご進級を迎えた皆さま、おめでとうございます！新しい環境にワクワクする気持ちや、ちょっと緊張する気持ちもあるかもしれませんね。そんな時は、なんカフェでほっとひと息ついてみませんか？お話ししたり、のんびりしたり…気軽に立ち寄れる場所として、これからも皆さまをお待ちしています。

新しい季節が素敵な出会いや思い出で満たされますように！



## Workshop Report

## 講座報告

## ▷ベビーヨガレッチ・リフレクソロジー

2月21日(金)、やすらぎ苑1階多目的室にて永石祐里先生の「ベビーヨガレッチ・リフレクソロジー」講座を開講しました。親子でふれあいながら、赤ちゃんの発育を促し、ママもリフレッシュできる癒しのひとときでした。



## ▷バランスボール

3月5日(金)、やすらぎ苑1階多目的室にてAIMI先生の「バランスボール」講座を開講しました。講師資格を取得されて初めての講座をサポートさせていただきましたが、初めてとは思えないほどのスムーズな段取りで、参加者の皆さんが始終楽しそうなのが印象的でした。

## Special Thanks

## コラボ弁当

3月16日(日)にやすらぎ苑で開催された「岐南イラストアート展」にて、コラボ弁当を作らせていただきました。「岐南ちゃん」の可愛いシール付きで大好評のうちに完売いたしました。



## Reservation

## 講座予約



上記のなんカフェ公式LINEへ

- ①希望講座名
- ②保護者氏名
- ③お子さまの氏名と月齢
- ④連絡先電話番号

をお送りください。

お送りいただいた個人情報は参加者名簿の作成と緊急連絡先として使用させていただきます。

## Event schedule

## 4月のなんカフェ講座

イベント名	実施日時	講師名
バランスボール	4月23日(水) 11:00~	AIMI
ベビーマッサージ	4月25日(金) 11:00~	林裕紀子
手形アート	4月25日(金) 11:00~	Sanmanma

## check

4月25日(金)は、ベビーマッサージを1階多目的室。手形アートを3階和室で開講予定です。各講座の詳細は、なんカフェ公式Instagramをご確認下さい。