

# 3月



## ワークスペース さきちゃんち

## カレンダー ver.1

月	火	水	木	金	土	日
3/31 p 	2/25 p 12:00-14:00 たまご食堂 14:00-15:00 放課後自由クラブ 15:30-19:00 貸切利用予定	26 p 14:00-17:00 まちの本棚 17:00-18:00 ワークタイム	27 p 17:00-19:00 Sunny's BAR	28 p 14:00-16:00 放課後自由クラブ 16:00-19:00 貸切利用予定	3/1 p 13:30-16:00 カスミソウ 自由登校を見守る会	2
3 p 10:00-11:30 ほっこり庵 (カーレット) 13:00-16:00 貸切利用予定	4 p 10:00-12:00 Sunny's Café 13:00-14:00 「脳の健康×睡眠の質」ワーク ショップ★要申込 14:30-17:00 放課後自由クラブ	5 p 17:00-18:00 ワークタイム	6 p 12:00-18:00 貸切利用予定	7 p 10:00-11:30 太極拳 (ほっこり庵内) 14:00-16:00 放課後自由クラブ 16:00-19:00 貸切利用予定	8 p	9 p 14:00-16:00 貸切利用予定
10 p 10:00-11:30 ほっこり庵 (フレイル予防体操 & 保健室カフェ) 14:00-17:00 放課後自由クラブ	11 p 10:00-12:00 Sunny's Café 10:15- ライフプラン ニング ミニ講座 12:00-14:00 たまご食堂 14:00-17:00 放課後自由クラブ	12 p 14:00-17:00 放課後自由クラブ	13 p 10:00-12:00 みんなの手作り 空間サロン 14:00-17:00 貸切利用予定	14 p 10:00-13:00 貸切利用予定 (バザー準備) 13:00-16:00 バザー品受付 16:00-19:00 貸切利用予定	15 p 10:00-16:00 チャリティー♡ バザー 13:00-16:00 バザー品受付	16 p 10:00-14:00 チャリティー♡ バザー 15:30-17:00 Sunny's BAR
17 p 13:00-14:00 「脳の健康×睡眠の質」ワーク ショップ★要申込 14:30-17:00 放課後自由クラブ	18 p 10:00-12:00 Sunny's Café 12:00-14:00 たまご食堂 14:00-17:00 貸切利用予定	19 p 14:00-17:00 まちの本棚	20 春分の日 9:15-11:45 はじめての親子ヨガ @petit★要申込 11:30- 売切れまで 月1パン屋さん (なにしよっかクラブ内)	21 p 10:00-11:30 太極拳 (ほっこり庵内) 14:00-16:00 放課後自由クラブ 15:00-16:00 ワークタイム (ブッカーかけ) 16:00-19:00 貸切利用予定	22 p 9:30-11:30 森のりんごの木 13:00-15:00 哲学カフェ @さきちゃんち 16:00-18:00 むーさん工房 ★要申込	23 p 10:00-12:00 さきちゃんち 保健室カフェ 14:00-16:00 wakkaさんのfiber cafe
24 p 10:00-11:30 WonderWing ボクシングケア 14:00-17:00 放課後自由クラブ	25 p 10:00-11:30 ほっこり庵 (植物園花見) 12:00-14:00 たまご食堂 14:00-17:00 放課後自由クラブ	26 p 10:00-14:00 貸切利用予定 14:00-17:00 まちの本棚 17:00-18:00 ワークタイム	27 p 10:00-12:00 みんなの手作り 空間サロン 14:00-17:00 放課後自由クラブ	28 p 14:00-16:00 放課後自由クラブ 16:00-19:00 貸切利用予定	29 p 11:30-13:30 おたがいさま 食堂せんごく 15:00-18:00 首都直下地震サイバールクロスロードゲーム★要申込 18:00-21:00 貸切利用予定	30 p 

※ワークスペースは緑地の時間帯にOPENしています。青地の時間帯はイベントまたはテーマ型サロンを開いています。「★要申込」は事前の申し込みが必要です。  
※赤字はさきちゃんちpetitでの開催です。(pはさきちゃんちpetitの通常開館日です)

【さきちゃんち お問い合わせ先】

さきちゃんちルーム



URL : <https://sakichanchi.org>  
TEL : 050-5539-3614 (代)  
Mail : [info@sakichanchi.org](mailto:info@sakichanchi.org)  
〒112-0001 文京区白山2-13-6





## 今月のおすすめイベント

4 (火) 13:00~14:00 17 (月) 13:00~14:00	「脳健康×睡眠の質」ワークショップ (企画・運営 Theoria technologies 株式会社) 脳健康には睡眠の質が大切。睡眠の質改善のためにハーブティー習慣ははじめませんか。 3/4(火)は、ハーブティー試飲会「どのフレーバーが好み？」 3/17(月)は、ハーブティー試飲+試食会「ハーブティーに一番合うお茶菓子とは？」 参加費：100円 (各回10名) 申込：050-3955-3614 (さきちゃんち) または QRコード	
11 (火) 10:15~	ライフプランニング ミニ講座 (Sunny's Café サロン内) 「どうしてNISAが始まったの？」をテーマに役立つ「ミニ講座+おしゃべりの場」です。 「NISAとiDeCoの違い」などについてFPママのお話を聞いてみませんか♪ お茶付き♪ 参加費：不要 申込：不要	
15 (土) 10:00~16:00 (なにしょっかクラブ内) 16 (日) 10:00~14:00 (Sunny's Café 内)	ワークスペースさきちゃんち チャリティー♡バザー (出入自由) お家の中にまだまだつけるのに眠っているものありますか？いろいろなものを持ち寄って他のお家にもらってもらい、ご寄付は さきちゃんちの活動資金に充てさせていただきます。 内容：服 (春・夏もの)、雑貨、本、おもちゃなど。 バザー品のお持ち込み：3/14 (金)、15 (土) の13:00-16:00 スタッフにお渡しください 大きなものは個別にご相談ください。お問い合わせ：sakichanchi@gmail.com	
22 (土) 16:00~18:00	むーさん工房 (ふれあいいきいきサロン) 3月もパステル画。小学生のお子さんでも、絵が苦手な方でも、カンタン楽しい♪ キラキラ美しい粉をトントン重ねてグラデーションを作ったり、ケシゴムで消したり しているとアラフシギ♪空や雲・海・草原に見えてきます。 参加費：1,500円 申込：https://bit.ly/Mu3kobo	
24 (月) 10:00~11:30	WonderWing ボクシングケア 主催：WonderWingボクシングジム 1人で行える姿勢改善の 体操から、コーチが1から教えるボクシングにより、強い足腰や体幹を鍛え、いつまでも衰えない健康で元気な体づくりを目指します。 参加費：無料 申込：不要 (定員10名、先着順)	

## おなじみの サロン などの紹介

- ほっこり庵 第1・2・4月曜 (10時~11時半) カーレット、フレイル予防体操、落語会、散歩会など。参加費100円
- Sunny's Café サロン 毎週火曜 (10時~12時) お茶をご用意しています。お好きな時間をお過ごしください♪
- たまご食堂 毎週火曜 (12時~14時) ごはん・ふりかけ利用料100円 持ち込みOKのほっこりランチタイム
- まちの本棚 月2回水曜 (14時~17時) ふらりと立ち寄って本を読んだり、ものづくりしたり、くつろぎの一時♪
- みんなの手作り空間サロン 月2回木曜 (10時~12時) 手作りしながら過ごす空間。癒しの時間をぜひ♪
- はじめての親子ヨガ 月1回木曜 (10時15分~11時15分) 赤ちゃんと一緒に楽しめる易しいヨガ。参加費700円
- 月1パン屋さん 第3木曜 (11時30分~完売まで) お仕事体験のパン販売。寄付つき1個150円。寄付金は体験に活用
- Sunny's BAR 月1回木曜 (17時~19時) 気軽に立ち寄って一杯呑めるスペース！ワンドリンク+おつまみ参加費500円
- 太極拳 (ほっこり庵内) 第1・3金曜 (10時~11時半) 太極拳・八段錦、年代経験問わず参加可能です。参加費100円
- カスミソウ 第1土曜 (13時半~16時) 不登校、行きしぶりなど当事者同士が気軽にお話できる場です。参加費100円
- 森のりんごの木 第4土曜 (9時半~11時半) 学校に毎日通うことが難しい子どもがいる保護者による当事者の会です。
- おたがいさま食堂せんごく 第4土曜 (11時半~13時半) 子ども食堂 (先着15食) 小学生以下無料/中学生以上300円
- 哲学カフェ@さきちゃんち 月1土曜 (14時~16時) みんなで決めたテーマについて一緒に考えることを楽しむ時間♪
- さきちゃんち保健室カフェ 第4日曜 (10時~12時) 身体や健康のことなどのおしゃべりの場。指圧マッサージも♪
- wakkaさんのfiber cafe 第4日曜 (14時~16時) 織物や編み物など小物を作りながらゆったり話したりできる時間♪
- なにしょっかクラブ 月数回不定期 年代に関係なく、みんなの「やってみたい」を一緒に実現していく場
- むーさん工房 月1回不定期 図工好き小学生も不得意だった大人も、気軽に色や形で遊ぼう。参加費1,500円
- 放課後自由クラブ 不定期 さきちゃんちのスタッフが不定期に開くサロン、どなたでも利用できます♪

※ さきちゃんちの運営協力金として、任意で大人お一人100円からのご寄付をお願いしております