ニュース　麻の葉
2026年　11月号

NPO法人 麻の葉
www.asanoha.jp

@CAFEASANOHA

発行№276　2026/11/1

元気くらぶ　　体は楽器！

声の出し方教室

11/21（土）

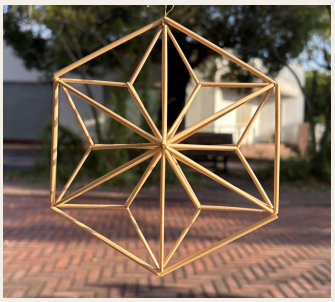
きれいな声の出し方を学び
こころ豊かな生活を送りませんか？

◆日時：11月21日(土)13:30～14:00
◆場所：Caféあさの葉
◆定員：12名
　(要申し込み11/2(月)9:30より)
◆参加費：￥800(ワンドリンク付き)
◆指導：三上ゆう子さん(ソプラノ・鶴牧在住)
◆持ち物：動きやすい服装

ヒンメリ ワークショップ 麻の葉を作ろう！

in Caféあさの葉

多摩の里山に自生する
アズマネザサを使って、
美しい幾何学模様の
ヒンメリを作ってみませんか？



◆日時：11月24日(火)13:30～15:00
◆場所：Caféあさの葉
◆定員：７名
　(要申し込み11/2(月)9:30より)
◆参加費(材料費込み)：￥1700
◆持ち物：剪定はさみ　持ち帰り用袋
◆講師：中山茂樹さん

多摩市多摩センター
地域包括支援センタースタッフがいる
おしゃべりの日

11/19(木)13:30～15:30

予約不要
ワンドリンクオーダー制

おしゃべりの日は、
地域包括支援センターと連携しながら、
介護や健康、暮らしの困りごとなどについて
相談できる身近な相談窓口です!!

お好きな飲み物を片手に、
気軽におしゃべりをしませんか?

Caféあさの葉

スマホ教室

11/12（木）

11月のスマホ教室は、
これまで学んだことを振り返ります！
LINEの基本操作を中心に、
使い方を一緒に確認しましょう。

◆日時:11月12日(木)9:30～11:15
◆場所：Caféあさの葉
◆定員：7名
　(要申し込み11/２(月)9:30より)
◆参加費：￥500
◆持ち物：お使いのスマートフォン
◆講師：小島慶久さん

今季最終!!

フラワーマーケット
11/12(木)
12:00～16:00

多摩の朝採れ新鮮野菜
月・水曜日11:00～

どんぐりぱん販売中

火・木11時過ぎから
どんぐりぱんが店頭に
並び始めます。

NPO法人　麻の葉　https://www.asanoha.jp/

《デイサービス麻の葉》
TEL 042-339-2008
FAX 042-339-2018
多摩市落合6-1-1-106
ボランティア募集中

《Caféあさの葉》
TEL 042-339-6825
FAX 042-339-2018
多摩市落合6-1-1-108
イベントのお申込みは上記

《ケアプラン麻の葉》
TEL 042-337-8288
FAX 042-337-8388
多摩市落合6-15-3 第3椎の木ビル106
ケアマネージャー募集中