さわやかメール

2020年8月10日(月・祝) vol.475　https://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

今月はおいしい保存食
『とうもろこしご飯』や熱中症対策に…
沖縄海水塩『塩黒糖』をはじめ、
非常時やアウトドアで活躍！
『LED スマイルランタン』や
『津軽びいどろ盃』
『lecoqsportif 超冷感クールタオル』や
『冷感クールマスク』など、
暑い夏を乗りきる
楽しいプレゼントがいっぱい！
たっくさんのご応募お待ちしております。
今月の締切は8月17日(月)です。

長池公園自然館より

《公園ネイチャークラフト2020》公園の植物で草木染作ろう!

長池公園のオオバヤシャブシで草木染しよう!

◎日　時：**9/20(日)　13:30～15:30**
◎場　所：長池公園 自然館工作室
◎対　象：6歳～大人　※小学2年生以下は保護者同伴
◎定　員：10名
◎費　用：エコバック 800円／シルクスカーフ 2000円
◎持ち物：筆記用具・軍手・花バサミ・ビニール袋
＊9/13からのキャンセルの場合は、イベント料金をお支払いいただきます。

《観察会》特別保存ゾーン サンクチュアリ探検

昨年行われたかいぼり後の長池の水辺環境や、環境省特定植物群落に指定されているハンノキ林の自然を観察し、スタッフが説明します。

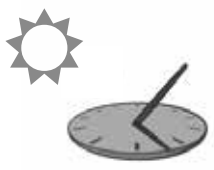
■日　時：**①9/20(日)・②9/22(火・祝)　9:30～12:00 雨天中止**
■場　所：長池公園 自然館集合
■対　象：どなたでも　※小学2年生以下は保護者同伴
■定　員：各回10名
■費　用：大人 500円／小学生 200円／未就学児無料
■服　装：長袖・長ズボン・長靴または軽登山靴・帽子
■持ち物：飲み物・虫よけグッズ
＊キャンセルのご連絡は1週間前までに。

《観察会》秋草の花・木の実を探そう

アザミの花を中心とした林縁と路傍の草々、早々と熟した木の実などを観察します。

◉日　時：**10/4(日)　9:30～12:00 雨天時10/11に順延**
◉場　所：長池公園 自然館集合
◉対　象：どなたでも　※小学2年生以下は保護者同伴
◉定　員：各回20名
◉費　用：大人 500円／小学生 200円／未就学児無料
◉服　装：長袖・長ズボン・滑りにくい靴・帽子
◉持ち物：飲み物・必要に応じて観察用具
＊キャンセルのご連絡は1週間前までに。

《長池公園科学クラブ2020》日時計のしくみと工作・実験



◇日　時：**10/10(土)　10:00～11:30**
◇場　所：長池公園 自然館工作室
◇対　象：小学3年生～大人
　　※小学3年生以下は保護者同伴
◇定　員：10名　◇費　用：300円
◇持ち物：ハサミ・定規2本・セロテープ・スティック糊・鉛筆・持ち帰り用の袋
＊キャンセルのご連絡は1週間前までに。

※8/15より予約受付開始

＊お知らせしましたイベントは社会情勢により変更・中止になる場合があります。ご了承ください。

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
主催：ひとまちみどり由木

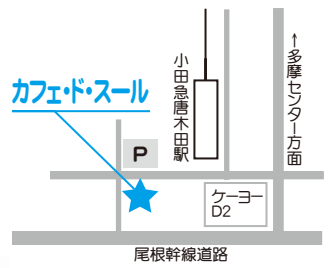
ナビぐるめ180

『カフェ・ド・スール』

多摩市唐木田1-7-1
TEL 042-375-3797
営業時間　11:00～20:00
定休日：毎週月曜日・第1・3火曜日
駐車場：5台
http://www.ai-net.gr.jp/cafedesoeur/

唐木田駅より徒歩3分、大きなガラスが目を惹く素敵な喫茶店。住宅街のオープンカフェとして25年の歴史、広い店内には居心地の良い空間が広がっています。常連のお客様でにぎわうランチタイム、『日替わりランチ』『カレー』『ハヤシライス』(各¥900)をはじめ、シェフ特製の「生ハム」や「ホームメイドケーキ」のおいしさも見逃せません。月末の金曜日にはピアノ演奏が流れる店内でランチタイムを楽しめます。開放感たっぷりのオープンスペースは、ワンちゃん・ネコちゃんとのカフェタイムもOK。唐木田方面にはウォーキングスポットがいっぱい！ お散歩の途中に、ちょっと寄り道したくなるお店です。

【大切なお客様へ】
◆店内では、コロナ対策をしっかりと行っております。ご来店いただいたお客様に少しの間でもコロナを忘れて、癒しのひとときを過ごして頂ければこれほどうれしいことはありません。
◆現在、大きなパーティはできませんが、ディナータイムは完全予約制でご予約を承ります。ご予算など、お気軽にご相談ください。



Café de Soeur

【Lunch】
火曜～金曜　11:30～14:00
★ランチタイム
日替わりランチ…¥900
カレー・ハヤシ…¥900
生ハムランチ…¥1100
(全てコーヒーor紅茶付)

【Cake】
ホームメイドケーキ
オリジナル手作りケーキ
単品…¥500
ケーキセット…¥830
(ケーキ+コーヒーor紅茶)

【Course】
★ランチコース(予約可) 12:00～15:00
お一人様 ¥2200
おまかせ3品・デザート　コーヒーor紅茶付
※2名様より承ります。

★ディナーコース(予約可) 17:00～
お一人様 ¥2400/¥2900/¥3200
おまかせ3～4品・デザート
※2名様より承ります。

★ひとりぼっちディナー ¥1700
おひとりでご来店の方のみ

＊価格は全て税別です。

みんなのねんちゃんぬりえ展示会
11月3日～29日開催(会場：エコにこセンター)
展示作品募集中!

エコにこセンターでは小学6年生までの子どもが色をぬった「ねんちゃんぬりえ」の展示会を行います。
みなさんの応募をお待ちしています。

締切：2020年9月30日(水)当日消印有効　詳しくはHPをご覧ください。

「みんなのねんちゃんぬりえ展示会」お知らせ
https://www.tama-seisokojo.or.jp/econico/news/1293
「ねんちゃんぬりえ」ダウンロードページ
https://www.tama-seisokojo.or.jp/econico/claft

「みんなのねんちゃんぬりえ展示会」お知らせ
「ねんちゃんぬりえ」ダウンロードページ
ねんちゃんのプロフィール

ーお問合せ・ぬりえ送り先ー
〒206-0035 東京都多摩市唐木田2-1-1
エコにこセンターぬりえ係
TEL:042-374-6210
月曜休館10:00～15:00
(開館時間変更の場合あり)

インフォメーション

8月に入ってからの梅雨明けは10年ぶり、一気にやってきた真夏の暑さに体力を奪われる日々が続きます。
全国的に拡大した感染者数の脅威に怯えながら、いよいよお盆を迎え、旅行や帰省については、当初の計画が実行できず、思い出づくりもむずかしい状況にありますが、ご家族で万全の注意を払い、趣向に富んだミニトリップを楽しんで頂けたらと思います。
『さわやかメール』のチケットもなかなかラインアップを増やすことができませんが、生活に役立つ雑貨などで、少しでも紙面を楽しんで頂けたらと思っています。
ウィルス対策はもちろんですが、夏風邪・夏バテには充分注意してこの夏をお過ごしください。
所長

※画像は7月号です。

《BOOKのご紹介》

月刊高校野球 **CHARGE** 増大号(9月号)
2020年夏季東西東京都高等学校野球大会特集

『月刊高校野球CHARGE増大号(9月号)』を50名様にプレゼント致します。
ご希望の方は裏面の応募用紙またはHPからお申し込みください。

所長より特別プレゼント　応募 ★NO.1