



# ごはんの日

子育ての毎日に、ほっとできるお昼のひとときを。

月に一度、さんさんひろばが小さなごはん処に！季節の食材を使った、やさしいお昼ごはんを味わいながら、ゆったりしたランチ時間をすごしませんか…



■大人ごはん 680円

■子どもごはん 380円

(おにぎり・味噌汁・おかず)

～令和8年度の日程～

4月17日(金)	5月15日(金)	6月19日(金)	7月17日(金)
8月21日(金)	9月18日(金)	10月16日(金)	11月20日(金)
12月18日(金)	1月15日(金)	2月19日(金)	3月19日(金)

※提供時間 11:00~13:00

※事前予約制：実施日の1ヵ月前から予約を開始します。

※数に限りがあります。ご了承下さい。



あおいふき店主 柳生 麻里さん

産前産後、そして子育て中のお母さんのごはん作りを少しだけサポート。ごはん作りは一生続く。そしてその負担の多くを引き受けているのがほとんどお母さん。日々のごはん作りはもっと楽しんでいいし、手抜きしたっていい。「今日はお母さんごはん作らないから！」っていう日を強制的にでも作ったほうがいい。そんな「ごはん作らない日」にでも、家族で安心して食卓を囲めるようなお惣菜を作っています。

