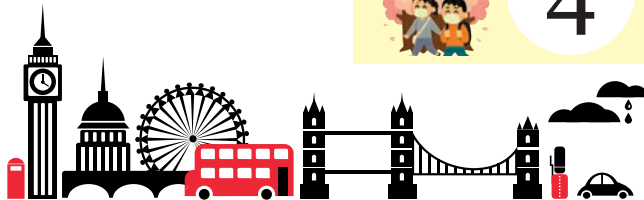


NewsLetter



Japan Association in the UK | 77 Victoria Street Box 108 London SW1H 0HW
Web: www.japanassociation.org.uk | E-mail: secretary@japanassociation.org.uk

事務局長: ウィンター千津子
英国日本人会ニュースレター第274号 29 April 2021
Registered charity number: 1145493

理事会だより

●4月7日に行われた理事会の抜粋●

◎6月以降、現在の予想では対面集会ができるようになるため、二水会、紅葉会、各同好会の今後の方針・行動について考える。まずは会員の安全を第一に考慮し英国政府の方針、その時期のコロナ感染蔓延状況を鑑み対面集会の開催については慎重に判断する事とする。

◎今年10月に開催予定のENJA (European Network of Japanese Association) の大会は2年に一度欧州各地でそれぞれの国が持ち回りで開催されるが、本年度はオランダの担当、10月3日にオンラインにより開催予定。オンラインの為、JAの会員は参加できる予定。詳細は追ってお知らせします。

課題は 1) 在欧邦人の諸高齢化問題と対応

2) 継承日本語教育と日本語補習授業校

◎食材、お惣菜等のデリバリーを引き続きやっております。夢源レストランさん、あべのさん、So Restaurantさんには深くお礼を申し上げます。*詳細は8ページをご覧ください。

会員部からのお知らせ

●今月の会員の動き●

新入会員: 1名 現在会員数: メール会員 246名 / 文集郵送希望会員 44名 文集・会報郵送希望会員 52名 (名誉会員 8名を含む) 計 342名

◎4月よりご入会の方は会員年度が半年となりますので会費は半額となります。

・メール会員 £7.50 ・文集郵送希望会員 £11.50

この機会に是非、お知り合いやお友達にご紹介ください。

◎会員特典サービス協賛店リストは下記を参照ください。

<http://japanassociation.org.uk/ja-会員特典サービス協賛店リスト/>

◎組織 <http://japanassociation.org.uk/> 理事会構成 /

◎会則 <http://japanassociation.org.uk/> 英国日本人会 - 会則 /

◎JAのGDPRのPolicy

<http://japanassociation.org.uk/> 事務局より / jaのgdpr-policy/

◎ご家族のメールアドレス追加をご希望の方は下記にご連絡ください。 membership@japanassociation.org.uk

文集部

●文集部よりお知らせ●

『英国春秋』春号 (No.38) が完成いたしました。ご投稿いただいた皆様大変有難うございました!

ありがとう
ございました

E-文集はすでに配信済み、また本誌購読の皆様には4月の会報と共に (または文集のみ) 郵送させていただきますので、今しばらくお待ちくださいますようお願いいたします。なお、次号秋号の原稿を右記の通り募集いたしますので、奮ってご投稿ください!

『英国春秋』2021年秋号 (No.39)

タイトル: フリー、または「私の秘め事」、

「私の秘密」、「私のとっておきの話」

字数: A4 2~3枚 (出来ればワード添付)

締切: 2021年9月15日

(但し、原稿随時受付)

送付先:

bunshu@japanassociation.org.uk

秘



投稿写真コーナー

素敵なお写真をお送りいただきありがとうございました!



竹内みどりさん



川西弘子さん



ウィンター千津子さん



ウイリアムズ百子さん

● 3月二水会の報告 ●

講師：平井元喜様

演題：「世界の心をつなぐ」

～五感・六感を呼び覚ませ！音楽と不思議な力～

参加人数：55名



不勉強でしたが、平井さんは英国日本人会の中でもご存知な方が多いということが、講演の準備を進めるに従ってわかってきました。「来月は平井さんですね、楽しみにしてますよ」という声を聞くにつれ、嬉しく思いました。講演当日には、音楽現代という雑誌の方から連絡をいただき、原稿を書くために平井さんに質問をしたいとご依頼がありました。雑誌にも載るほど有名な方だと、これまたミーハーな発想とは思いつつ、そうに違いないと講演が始まるのをドキドキして迎えました。(二水会を取材したいという依頼ではなくて、残念!)

最初に自己紹介をされたところで、私と同年ということがわかり、その後のお話全てを自分と置き換えて興味深く伺いました。題名にもある通り、五感・六感についてのお話から始まりました。心で感じる事が大切だと、星の王子様のお話がありました。「心で見なくちゃ、物事はよく見えないって事さ。肝心な事は目では見えないんだよ。」とてもいいセリフをご紹介いただきました。このストーリーが好きで、英語版を数年前に買って今でも手元に置いている私は、もしかしたら自分は音楽の心があるのかも知れない、となんだか少し嬉しくなりました。今から音楽を学ぶ事は可能なんだろうか、とワクワクしながら、その先のお話に聞き入りました。

音楽をいろいろな角度から見る話は、とても興味深く感じました。自然・子どもと音楽との共通性は、なるほどと合点がいきました。自然との接点は、近所のオリンピックパークにジョギングに行く以外には、ほとんどない最近の生活を思わず振り返りました。「ロジックはAからBに導くけれど、想像力はどこへでもあなたを導いてくれる」アインシュタインの言葉を初めて聞き、ドキッとしました。私が携わっている会計の仕

事は、ロジカルシンキングが大切だ、と言われることが多く、決められた事を、決められた形で行うことが求められる場合が少ないため、音楽とは遠ざかる生活を送っているんだなー、となんだか少し寂しくなりました。音楽を学ぶ事を断念しました。

忙しい＝心を亡くすことで、音楽があると笑顔がある、その通りだなあと思いました。東京で仕事をしていた頃、会社と自宅の往復の生活が続き、最近笑ったのはいつだろう、と思ったことがあったのを思い出しました(まあまあ、頻繁に笑っていたと思いますが)。音楽、文化が人々の生活を豊かにするんだと再認識しました。「早くお金持ちになって、文化に貢献し

たい!」そう思うと同時に、平井さんはそういう事を言っている訳ではないはずだと、即座に反省しました。

コロナウイルスに感染されたことや、入院されたことのお話を伺いましたが、入院されていた病棟で起こった一人の患者の騒動を治めたのが、誰かが吹いた口笛の曲だったというのは、映画のワンシーンを聞いているような印象的なお話でした。言葉のロジックでは、その暴れる患者を宥める事はできなかったのに、音楽ではその人の心に触ることができたんですね。

音楽を通して世界各地でご活躍されている写真をたくさん拝見し、また、その写真が鮮やかこの上なかったので、写真の才能もお持ちなんだと察知しました。次回は写真と音楽の講演で、また二水会にお招きできればと思います!(伊東)



● 5月二水会のお知らせ ●

日時：5月12日(水)午後8時より

演題：「Brexit とコロナで英国はこれからどうなる」

講師：元産経新聞ロンドン支局長 木村正人様

参加費：無料

参加申し込み：下記のリンク先よりお申し込みください

<https://forms.gle/YvTWC1YULkx47Ldc8>



4月6日にズンバ・ゴールド・チェアのオンラインクラスを開催し、20名の方々に参加いただきました。今月からズンバ・ゴールド・チェアのクラスの後に笑いヨガを教えてください当初の形式としましたが、日本から参加いただいている野崎智世インス

トラクターが英国の夏時間変更で多少混乱されて遅れて参加されたことから、残っていただいていた方々のみの少人数でのクラスとなりました。来月は5月4日11時からで同じ形式で行います。よろしければご参加ください。

また、ヨガ教室は4月13日に行われ17名の方に参加いただき、「脚がしっかりと伸びて、縮んでしまっている筋肉がしっかりと伸ばせた事をとても強く感じました。」とのフィードバックをいただく等、喜んでいただきました。来月の教室は第2火曜日5月11日午前10時から開催となります。

そして、今月27日11時から、マインドフルネスなヨガ教室の第2回目が行われます。先月は27名の方々に参加いただき、このクラスへも「全く無理がなく、それでいてやるべき所は押さえられていて、1時間すっかりと楽しませていただきました。」と素敵なフィードバックをいただいています。この教室も来月第4火曜日の25日11時から開催を予定しています。

なお、先のクラスは通常通りご案内の一斉メールをイベント前に発信させていただき、参加をご希望いただいた方々へはイベント前日に招待リンクを送付させていただきます。

最後になりましたが、ナルク部の例会は4月13日に行われ、開催されたクラスについて、また今後のセミナーとして、6月にケアホームの費用などについてファイナンシャルアドバイザーの方へお話をいただく可能性などが話し合われました。

ナルク部
nalc@japanassociation.org.uk



福祉部

春光うらかな季節を迎え、会員の皆さま、お元気でお過ごしのことと思います。

JA福祉部では、この度の新型コロナウイルス感染症禍の影響もあり、会員の皆様の緊急時連絡先とその他の情報をお預かりしておく事の重要性を実感し、1人暮らしのご高齢者、ご高齢者の所帯、また、日中一人になりがちな会員などを対象に、緊急時に迅速かつ適切な対応ができるよう「緊急連絡カード」を近日中に配布する準備をしています。

提出されたカードは福祉部で安全に保管し、もしもの時に活用させていただきます。あくまでも任意ですが、ご記入いただく事をお勧めします。

前回より3年以上が経過しています。情報を更新する為に、緊急連絡カードを以前に提出されている会員も再度ご提出ください。

いざという時のために
緊急連絡カードへの
ご記入をお勧めします



JA福祉部は、1998年英国データ保護法を遵守し、会員の個人情報を適切かつ厳重に管理し、収集目的以外の利用及び情報の提供は一切いたしません。また、情報は厳重に管理し、不正流用、改ざんなどが生じないように安全対策を実施致します。準備が整い次第、皆さまにはメール、もしくは郵便にてお届けする予定です。どうぞ、宜しく願いいたします。

4月21日(水)に開かれた「歓談サロン」では、出席者の皆さまの近況報告も兼ねてこのコロナ禍におけるそれぞれの体験や思いを語り合いました。その中で大きな話題となったのは、ご主人がパーキンソン病認知症で身体が硬直してしまうので、どこまで家でケアを続けることができるのかの心配、くも膜下出血で倒れてから12年の間、ずっと看病をされた体験談、自分だけでは限界があるので、ソーシャルサービスを利用するようになって、重荷が少し軽減されたケース、など今はご夫婦共々元気でおられる方たちにとっても有意義なお話をシェアして下さったことに感謝、その大変さに涙して聞いた次第です。

次回の「歓談サロン」は第三水曜日の5月19日(水) 2時から5時です。ご都合の良い時間にご参加ください。

福祉関係でご質問などございましたら下記までお気軽にご連絡ください。

メールアドレス:welfare@japanassociation.org.uk
福祉部専用電話番号:07487 419 953

紅葉会 (ZOOM)

●2021年3月 紅葉会報告●

3月の紅葉会は助産師として活躍されている西川直子さん、おざわじゅんこさんが、日本と海外でのご経験をふまえて「産まれること、生きること」をテーマに講演をしていただきました。日本と海外のお産についての医療システムの違い、支えあい医療人権センター作成の「医者にかかる時の10箇条」など説明いただきました。お産の時、妊婦の脳から大量に分泌されるオキシトシンは痛み、ストレス、自律神経調整などに働く魔法のホルモンであること。赤ちゃん誕生直後のスキンシップの大切さが母乳促進に働き、赤ちゃんの安心感、幸せ感に影響するという事でした。オキシトシンが分泌される時とは、五感に気持ち良い刺激を感じることで、人間誰にでも発生するホルモンなのだそうです。日々の暮らしを望むように過ごす事でオキシトシン効果が顕れ、周りにいる人との交流が更に深まる。こういうことから、自分の人生における大切なイベントや人生の最期への希望の過ごし方を大切な人たちに伝えておくことは大切で、相互が楽になり信頼関係も更に深まる、とのことでした。

お産で始まる新しい命、その命をどう生きて、どう終わるか、ともすれば重くなりがちなテーマを溢れるユーモアの掛け合いで楽しくお話しくださいました。その後、小部屋のグループで各自の経験や考えを話し合いました。

●5月紅葉会のご案内●

日時：2021年5月27日(木)

午後1時(12時45分より入場可)

参加費：無料

講演テーマ：「脳をめぐる冒険」

講師：中村公一(なかむらこういち) 博士



中村博士のプロフィール

1976年兵庫県生まれ。京都大学理学部卒業。2006年、京都大学大学院医学研究科で神経解剖学的研究により医学博士号を取得。2009年、ヒューマンフロンティアサイエンス長期フェローとしてオックスフォードへ留学し、電気生理学を学ぶ。2013年、京都大学大学院医学研究科へ助教として赴任。2016年、ふたたびオックスフォード大学へ博士研究員として戻り、現在に至る。趣味はクラシック音楽とテニス。<http://www.mrcbndu.ox.ac.uk/people/dr-kouichi-c-nakamura>

TEAM SMILE

無料
オンライン
世界ツアー
ロンドン公演
(日本語)
お申し込み!

吉本芸人 ぜんじろう
スタンダップコメディ
2021.4.28 (wed)
20時 (UK time)

～コロナ後はそちらに向かいます！
笑って笑って吹き飛ばそう！
スペシャル～

お問い合わせ Team Smile 鈴木ナオミ
nanamusucuk@gmail.com



●Team Smile部よりイベントのお知らせ●

吉本芸人「ぜんじろう」オンライン公演『オンライン世界ツアー！
ぜんじろうスタンダップコメディ in ロンドン 公演
～コロナ後はそちらに向かいます！笑って笑って吹き飛ばそう！
スペシャル～』

日時：2021年4月28日(水) 午後8時

参加費：無料

参加ご希望の方は、<https://forms.gle/qwcR7RQhu4AX4UzK7>
までご連絡ください。追って、ZOOMリンクをお送りいたします。
お問い合わせ：鈴木ナオミ naomisuzuki7@icloud.com



季節のフラワーアレンジメント+おまけ ツボ刺激健康法講座

日時：2021年5月22日(土) 午後1時

参加費：無料

講師：Ritsuko Bachmann (バツハマン律子)様

「季節のお花を使って、ブーケを束ねましょう。お花の処理や、ブーケに使いやすいお花などを話ししながら、お家でも簡単に作れるコツなどをお伝えします。」

Ritsuko Bachmann (バツハマン律子)様のプロフィール

ロンドン在住のフローリスト。学生の頃より華道を学び、師範免許取得。その後日本でフラワーアレンジメントを始め、ヨーロッパスタイルを学ぶために99年に渡英。ロンドン市内のブティックやサロンのディスプレイ、TVや雑誌の撮影時の装花を担当。現在は、ウェディングやパーティーなどを中心に活動しています。随時レッスンも開催しています。

参加ご希望の方は、<https://forms.gle/rK7wfg8vZ9uf66FF6>
までご連絡ください。追って、ZOOMリンクをお送りいたします。
お問い合わせ：鈴木ナオミ naomisuzuki7@icloud.com



コロナ問題と NHSのスタッフに 感謝して

渡邊道英 (旧姓越智道英) 拝

コロナ問題で多忙を極めている各病院のスタッフの皆様に、深く感謝したい今日この頃です。

ご存じの如くNHSのドクター、看護婦(夫)さん事務処理の皆さん本当にご苦労様です。勿論病院のスタッフの援護団体のボランティアの皆様も極めて大きな存在です。ここ二ヶ月の間、個人的には「深夜に血尿が出まして、歩いて行けるKingston Hospital」の救急センターに飛び込みました。午前2時過ぎのことでした。患者さんが数人いましたが急ぎ検査してくれました。黒人の若々しいドクターが対応してくれました。その際の対応に驚かされました。下ネタで恐縮ですが男性のシンボルの尿道に塩分(ナトリウム)が結晶となって、尿道を詰まらせ、通じ難く無理したことから血尿が出たとの事。結果的には大きな問題には至らず、「尿路結石」のカテーテルによる処置に成功。以前のように当たり前の放尿がスムーズにできるようになりました。その過程で最初に処置をしてくれた若い青年ドクターが、男性シンボルを直接触ったり、肛門の中にゴム手袋で突っ込み調べをしますが、誰か第三者を治療室に入れましょか?とのアドバイスしてくれたり、日本人女性の通訳を急遽用意し電話でコミュニケーションを図ってもらいました。その後、合計四人の日本語通訳の専門家がご一緒してくれました。どれくらい助かったことか!

ともあれ、コロナ関係では早々に、私ども二人は近くの教会で予防注射(2回とも)をして頂き何の心配もなく、現在は我が家の庭で若い母子に再会したり、親しいご夫婦とお茶をしたりして、明るいムードになってきました。すでにmy GOLF CLUBでゴルフはほぼ毎日やっています。

本当に英国のお陰で80歳の老体のあらゆる部分をチェックしていただき(血液検査、MRI、レントゲン、胃カメラ、心電図などなど一生涯の人間ドッグに入ったも同様でした)、こうした英国政府(NHS)の対応で長生きできそうです。生かされた我が命、今後は生涯「映画文化」に携わり、映画製作、企画、シナリオ執筆、映画監督などに邁進して参ります。

折角の映画同好会を休止しての今回の映画製作①越智水軍、河野水軍、村上水軍の1300年の歴史の「長編記録映画」と本編『村上武吉でござる』(織田信長、豊臣秀吉を苦しめた村上水軍の総大将村上武吉の活躍を描く)の制作・監督を実行します、ほぼシナリオも完成しますので公表します。キャストینگもはじめています。大物を起用して『これぞ時代劇』と言われるような作品を目指します。皆様のご支援を心からお待ち申し上げます。



スマホ同好会

4月13日は日本からの3名を含め34名の参加でした。Zoom アプリ5.6.1の確認・アップデート、OS・アプリの最新バージョンのダウンロード、伝助スケジュール調整サービス、NHS App、Cookieとはを勉強し、その後はQ&A・意見交換しました。

■ 今月の豆知識

iphone、iPadの写真をアルバムを作って整理しましょう。

次の順にタップ、記入、選択します。

検索 ⇨ 検索名を記入 ⇨ 全てを表示(右上にある)をタップ
⇨ 選択をタップして写真を選択する。(写真の選択は画面を指でスライドして選択できます) ⇨ 共有(四角に矢印マーク)または追加をタップ ⇨ アルバムに追加をタップ ⇨ 新規ア

ルバムをタップ ⇨ アルバム名を記入 ⇨ 保存をタップ
これでマイアルバムに選んだ写真が保存されます。アルバムに載せた写真はライブラリーにも残ります。



■ スマホ同好会 Online ZOOM ミーティング予定

第1、第2、第3、第5火曜日の「午後1時から4時」です。
5月4日、5月11日、5月18日。途中参加・途中退出も自由です。

参加者の皆さんは在宅のままOnlineでZOOMと言うアプリを利用して参加しています。初めての方は松崎美枝子までご連絡下さい。ZOOMの接続方法をお知らせします。

Email: miekobarracough@hotmail.com Tel: 07903 445 144



スケッチ【春の小鳥達】

今年の春先は 寒気団が居座っていたせいで風は冷たかったが4月に入ると陽射しは暖かく花も次々と開花、半ばになると最後の八重桜も次々と開花で春爛漫、晴れた日には心まで晴れやか、自然の恵みに感謝したい。今月は小鳥ちゃん達を描きます。色々な小鳥ちゃん達の集合です。

鳩、ブルーティット、ロビン、カワセミ、イエローワグテイル、ウグイス、パラキートetc。良く見ると 小鳥達にも表情

があり美人型からとぼけた表情、可愛いから恐いのまで色々あって面白い。又 そういった細かい部分を正確に表現する為何時もと違う画材を使う人も居てなかなか面白い。寒くて雨の多い冬が明け、花が咲き、木々は芽を吹き自然界は復活する。毎年の事ながらこの時期には生きている事の幸せを、そして今年も又頑張ろうとしみじみ感じる季節でもある。



古沢いくこ

白鳩、コールティット、五十カラ etc



ビドル恵

イエローワグテイル



ビドル恵

ウグイス



山下美保子

かわせみ



山本郁子

ロビン



シェイラ文野

ロビン



高波三枝子

ロビン



グリーブス邦子

ブルーティット

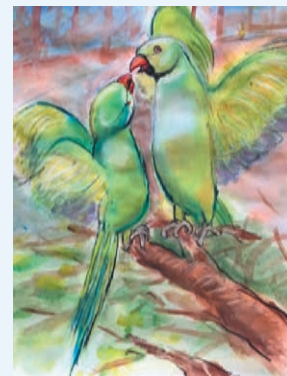


スタンディング百合子

ブルーティット



ハーティみえ



竹内みどり

パラキート



テニス同好会



1. 5月13日(木) 13:00-15:00
2. Victoria Park 209 Ballards Lane, London N3 1LY
3. 地下鉄Finchley Central (Northern Line) 下車、
バス 13 か 406 で2つ目の停留所 Victoria Park 下車
4. 参加費: £3.70/1時間を参加人数で折半
5. お申し込み: オークリー千春 ja.tennis@outlook.com
6. 公園の南側には駐車可能です

川柳

あたまにも スペース作る 断捨離で
心もね 日干しすると 軽くなる
全てよし 悟りの心境 諦めよ
懐かしい 鏡に映った 母の顔

金魚草



ご興味ある方は下記までどうぞ。
secretry@japanassociation.org.uk

虹の橋 十万の霊は 渡りゆく
チューリップ 十万の霊に 追悼を
燕たち 十万の霊の 憩いの巣
昔とは ロックダウンの 前を言い
忍耐の ロックダウン アメとむち
ステップ123 ダンスじゃなくて 規制の解除
あといくつ 寝るとまちわびる ステップ4
世界一周 まだ早いワクチン パスポート
ピッカピカの エイプリルルル 春の息吹
言霊を 信じて祈る ろくにいち (6.21)

匿名



俳句を学ぶ会

水際に角組む(つのぐむ) 葦や春の風
春風や蓬摘む手に日が絡む
春の風庭いっぱい猫の恋
明るみへ歩み続けよ春の風
鳥たちのさえずり運ぶ春の風
ロックダウン開けて句うや春の風
春風に乗って流れるモーツァルト
春の風孫と一緒に一句詠む
春風に萌ゆる緑の散歩道
流れ雲春風友にどこへ行く
友訪ね向かう歩道に春の風
松の木が爽やかに揺れ春の風

バンダースケイフ日出美
岡部 道
松尾美和子(オハロラン)
ウィーラー由美
田口邦子
川西弘子
ウィンター千津子
福重久子
小野宣美
中田浩一郎
藤田幸子
藤原 崇

春疾風(ハルハヤテ) 箸が支えし風信子(ヒヤシンス) 上田陽子
春の風コロナと花粉こき混ぜて キング悦子
春風に桜舞い散り其処此处に タミー・ガブニー
春風に目覚め咲き初む万花かな 廣瀬信子



JA会員の皆様に
心を込めて
お届けします！

日本食 デリバリーサービス情報

※このご案内は全てJA会員の皆様の責任においてお取り扱いをお願いいたします。

美味しいお料理
お作りします！



あべの ホームデリバリー



お弁当は全てオーガニックの食材を使用。
デザート付きでボリューム満点です！

お好み焼き、焼きそばに限らず鉄板焼きや揚げ出し豆腐、焼き餃子などの一品も数多く、ベジタリアンメニューも充実しています。また、新たにお弁当、ご自宅でお好み焼き、焼きそばを簡単に作れるホームクッキングセットもお勧めです。各種の日本茶は郵送でどこへでも送らせていただきます。お弁当はご飯、味噌汁は別容器入り、デザート付き£18、見た目よりボリュームたっぷりです。ご注文は前日までにお願いします。



<https://www.abeno.co.uk/order>

また引き続きお茶、日本食材、調味料等の宅配も続けていますのでお気軽にお問い合わせください。

elizenakatani@yahoo.co.jp Tel: 07778 651 694

JAの会員への特別な配達は5月15日を持って一旦終了させていただきます。ご利用を本当に有り難うございました。

夢源 65歳以上会員へのホームデリバリーサービス

MUGEN

5月のデリバリーの予定を
ご案内いたします。

5月8日(土) 配達

締め切り ▶ 5月2日(日) まで

5月22日(土) 配達

締め切り ▶ 5月13日(木) まで



6月からのデリバリーは月1回になる予定です。
ご不明点は担当の関口までお気軽にお問い合わせください。

mugendelivery@hotmail.com

Tel: 07985 275 610 (平日13:00-17:00)

So Restaurant お惣菜デリバリー



次回の So Restaurant
お惣菜メニューをご案内します。

うらかな季節、お庭で日本食を楽しむというのはいかがでしょう♪全国配達のお惣菜セットを是非ご利用ください。

4月27日(火)・28日(水) 発送

イペリコ豚にひじきを合わせてジューシーな和風ハンバーグに仕立てました。烏賊の旨味でほっこり炊いた里芋の煮物。副菜には、オーガニック豆腐のおからで作った卵の花、ほんのり甘だし巻き玉子、洋野菜であるフェネルをフキや山菜に見立てた酢の物

5月5日(水)・6日(木) 発送

胡麻のコクをまとった鯖の利休焼きとジューシーで山椒の風味豊かな鶏の竜田唐揚げ。海老あんを絡めたオーガニック豆腐と青梗菜の煮物。ピリ辛い食感がたのしいこんにゃくときのこの甘辛煮。朱色で可愛いラデッシュの甘酢漬

5月12日(水)・13日(木) 発送

蓮根と炊き上げた牛肉のしぐれ煮。新鮮なサーモンを真空パックで急速冷凍したお刺身は、特別な梱包でお送りします。副菜には、旬のタケノコにおかかと梅の香りをまとわせた和えもの、里芋の揚げだし、クレソンのおひたしとなります

NEW メニューもお楽しみください

月替わりカレー、抹茶ケーキ、木の子と柚子のうどんなど

ご注文はこちらから <https://bit.ly/33U3fld>

お問い合わせ先 info@neconote.com

5月もZOOMにてイベントを実施予定。
詳細は各会のお知らせをご覧ください。
皆様からの寄稿や写真などお待ちしております。
メールにてお送り下さい。締切日:5月19日
newsletter@japanassociation.org.uk

| Mon | Tue | Wed | Thu | Fri | Sat | Sun |
|------------------------|-----------------|-------------|--------|-----|-------------|-----|
| | | | | | 1 | 2 |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| Early May Bank Holiday | ズンバ・ゴールド・チェアスマホ | | | | | |
| 10 | ヨガ教室スマホ | 二水会 | テニス同好会 | | | |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| | スマホ | 歓談サロン会報締め切り | | | フラワーアレンジメント | |
| 24/31 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 31 Spring Bank Holiday | マインドフルネスなヨガ教室 | | 紅葉会 | | | |