

- 10:00 挨拶・マルシェ紹介
ソーネ8周年祭スタート!
- 10:30 アクティブ大曾根
- 11:00 Ami-x 健康ダンス
- 11:40 お食事会(要事前予約)
8周年ランチ&ビンゴ大会
ランチ 800円(税込)
- 13:00 No Limit
- 13:40 手話っち乱舞隊
Break through
- 14:20 未定
- 15:00 はじめの一步教室ダンスと
タパズパさん達のダンス
- 15:40 ラビナさん親子の歌とダンス

雰囲気かわり、ネパールの世界へどうぞ!

16:00 ネパール料理を楽しむ会 ※予告なくステージが変更になることがあります

時間: 16:00~18:00
 参加費: 800円※ドリンク別途実費
 定員: 先着60名(事前予約制)
 予約・問い合わせ TEL 052-910-1001

! 予約制のため、
 当日キャンセルは
 全額料金がかかります

メニュー(ネパール料理を楽しむ会)

- チキンカレー
- ダル豆のスープ
- アチャル→ジャガイモときゅうりを使ったスパイシーな和え物
- タルカリ→季節の野菜の炒め物(菜の花、ほうれん草など)
- パパド→レンズ豆などの粉から作られる非常に薄い、パリパリとした食感の「豆せんべい」です
- グンドゥルクアチャル→ネパールの伝統的な保存食「グンドゥルク」を使用した和え物です。グンドゥルクは(菜の花・大根の葉など)を数日間発酵させた後、天日干しして乾燥させたものです。
- サラダ
- ごはん



8周年ランチメニュー 800円(税込)
 11:00~14:00
 ☆三色丼
 たまご・鶏そぼろ・菜の花
 ☆副菜☆
 ☆味噌汁
 ☆オレンジゼリー
 ※副菜は変更する可能性があります。

8周年マルシェ



メナードハンドマッサージ、
ハンドメイド作品販売、
ワークショップ



ソーネかわら版

2026年3・4月号



今年の冬は寒い時期は一時のみ。もう2月後半から春のような季節。よって桜の開花も早くなりそう。2026年も温暖化(熱帯夜)を感じさせる年となり、今夏も長く暑い日々が続くそう。自然災害も増えるばかりというのに世界は戦火が止むどころか燃え広がるばかりで、原因となる温室効果ガスが増えるばかり。せっかくガソリン税も廃止されたというのに石油代も上がり燃料費も高騰しそう。環境も生活も厳しくなるばかり。3月31日でソーネ8周年を迎えることになる。盛大に祝いたい所だけど経営は厳しく、いつもなら2~3日間の周年祭にするところを、今年は4月5日(日)1日に集約。その分、その1日を盛大な祝祭にします。そこから2026年度、ソーネを盛り上げていきます。

ソーネおおぞね8周年祭
2026年4月5日(日)

ダイニングカフェ 8周年ランチと多国籍なタベ
 8周年ランチ 800円(税込) 11:00~14:00
 ネパール料理を楽しむ会 16:00~18:00
 要予約

ホール みんなで楽しむランチ&ビンゴ大会
 お食事会 ※事前予約
 一緒に8周年ランチでお食事を楽しみましょう!
 11:40 ~ 13:00
 800円(税込)

1オーダーご注文の方に「わっぱん」1つプレゼント!
 夜のイベントは除く 先着80名

参加者には、ビンゴ大会も開催!

ショップ 8周年祭だけの特別プライス!

資源を持ち込んで本をもらおう!
 しげんを持参 店内で販売している本を1冊プレゼント!
 (お一人様1回のみ)

チケット大売り出し!
 4月5日(日)~4月19日(日)の期間限定!
 ※現金購入のみ、お一人様何枚でも購入可能!
 使用期限: 2026年9月30日

- わっぱん 2割引
- 知多農場ジャム 2割引
- 惣菜 3品で100円引き
- ドリンクチケット 通常5,000円(11枚) 4,000円(税込・10枚)
- アルコールチケット 通常5,500円(11枚) 4,400円(税込・10枚)
- 8周年記念 日替わりランチチケット 5枚組 4,000円(税込)

3月31日(火) 17時から

大人: 200円以上カンパ
 こども: (18歳以下) 無料
 メニュー: ジャンバラヤ
 500食限定

イベント: 長坂木房さんの組手什ブロックで遊ぼう!

Instagramでは事前予約や情報を随時更新しています。

【お問い合わせ先】
 みんなでごはんのInstagram、またはメール
 sone.minna.gohan@gmail.com

soneminnadegohan



ソーネおおぞね 名古屋市北区山田2丁目11-62 大曾根住宅1棟1F
 ☎ 052-910-1001(代表) 📠 052-910-0018 ✉ info@sone-ozone.com
 しげん 052-910-1003 ショップ 052-910-1002 カフェ 052-910-1004
 居住 052-910-9101 リサイクルショップ 052-919-6677

《ソーネおおぞねはわっぱの会が2018年に作った地域総合交流拠点です。》

健康ダンス体操 毎週木曜日 10:00~11:00

♪瀬戸の花嫁や、♪YMCA、懐かしい曲に合わせて、バトンリズムストレッチをしたり、ズンバ・ゴールドチェアをします。1時間体を動かしたあとは、体も、心もスッキリ！
※4月5日（日）の8周年祭ステージ（11:00～）でも体験できます。問：070-7563-3691

ソーネ地元寄席 定例開催

3/27（金）14:00-15:30 木戸銭：500円
予約不要・当日入場可
好屋麦酒/葵家いちえ/
紅羅波亭善舵/経大亭勝笑
問090-9029-7802



名古屋市工芸高等学校ブラスバンド部 スプリングコンサート

3/29（日）13:30 開場 14:00-15:30
参加費：無料

新規開講「SAN YOGA」無料体験

少人数で丁寧に楽しくレッスン！講師：岡田萌奈
初心者の方でも安心してご参加いただけます。
※マット持参OK、レンタルあり
参加費 無料（要予約：090-9228-1542）
3月20日（金）9:00~10:00/10:30~11:30
3月27日（金）17:30~18:30/19:00~20:00

映画上映会とトーク

3月28日（土）13:30~16:30

「人生ここにあり」

（2008・イタリアのアカデミー賞受賞作品）
実話を元にした社会的協同組合を舞台とする物語。精神病院廃止を定めたバザーリア法当時、精神病院を飛び出した人々のある協会組合を通じた様々な苦勞を乗り越えた成長の人間模様をコメディタッチで描く感動作。イタリアはもとより、日本でも大ヒットした作品。日本の労働者協同組合から社会的協同組合をめざす者達のトーク及び、日本の社会的協同組合研究者田中夏子さんの話もあり。

参加費：500円
問：052-222-3850



PICKUP わっぱのクッキー詰め合わせ

3月は卒業、4月は入学とお祝い事の季節です。贈り物に、わっぱのクッキー詰め合わせはいかがですか？ご予算に応じて箱詰めいたします。※写真は、3,000円相当です。ご挨拶の手土産にもなりますので、1つから対応可能です。まとまってのご注文はあらかじめ早めにご予約TEL052-910-1002お願いいたします。「みんなのわ」のグッズとの組み合わせも可能ですので、お問い合わせください。



タイカレー

本格タイの味
スパシーで美味しいタイカレー。
ぜひお楽しみください



540円（税込）

アンテナショップみんなのわ

名古屋市中川区
ひょうたんカフェ



おからドーナツ、手作り豆腐、手織り製品など、障がいを持った方々の就労支援と社会参加を支援するNPO

「ひょうたんカフェ」のクラフト班では、手織り機で一つひとつ丁寧に織り上げた布製小物や、伝統工芸である鳴海絞の技術を活かしたクラフト製品の制作・販売を行っています。手染めや絞りの工程を経て生まれる商品は、どれも表情が異なる一点もの。イベントやワークショップなど広く活動する「ひょうたんカフェ」の温かみあふれる製品をぜひ一度お手に取ってごらんくださいませ。

障害者就労事業所で作られた商品をショップ内にて販売しています。（愛知県内、常設店舗として唯一）



がま口財布
販売価格 4,400円（税込）

リーフポーチ
販売価格 1,450円（税込）



追加試食販売会のお知らせ

3月14日（土）10:15~11:15 ハーブカレー 社会福祉法人TUTTIさま
3月27日（金）11:00~13:00 ほうじ茶 社会福祉法人薫徳会さま
一度お味見をしてみませんか？

地域とのつながり

宮前小学校



ソーネに見学に来て、そのお礼にクイズを作ってくれました！
2月19日（木）には、しげんの松村さんが宮前小学校に招かれ子どもたちの報告会に参加しました。

名塚中学校

1月22日（木）・23（金）に、職業体験学習に来てくれました。貴重な体験ができ、学校とは違った様子がみれて感動したと先生からもお手紙をいただき、スタッフ一同喜んでます

しげん 祝！「しげん」登録会員6000人達成！

2月14日（土）に記念すべき6000人目の登録会員となられた長尾さんにお話を伺いました。



Q1：しげんをお持ちになったきっかけは？

以前カフェは利用したことがありましたが、しげんは初めて。車にしげんを積んでいて、友達から聞いたソーネのことを思い出しました。

Q2：来てみて、どうでしたか？

ポイント制が嬉しい！スタッフの対応も良かったです。

Q3：今後も利用していただけますか？

また利用したいし、知り合いにも伝えます！

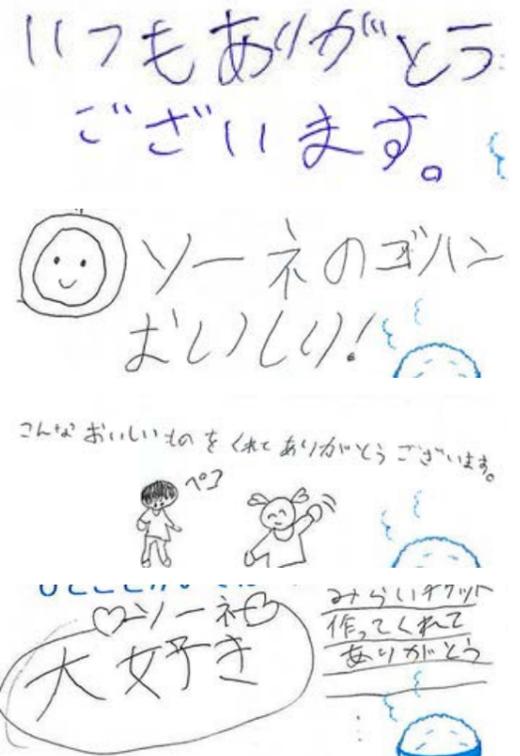
3月後半日替わりメニュー

日付	曜日	肉料理	魚料理
3月19日	木	麻婆茄子 にんにく、しょうがの香りを楽しむ、四川の代表的な家庭料理。	アジの照り焼き みんな大好きブリの照り焼き♪ 甘じょっぱさがたまらない
3月20日	金	タンダーチキン ケチャップとカレー粉を使ってまるやかでほんのりスパシーな味に仕上がります	鮭の甘酢あんかけ 甘酸っぱいとろとろあんで野菜がたくさん食べられます
3月21日	土	ポークチャップジンジャー ケチャップの甘みとしょうがの風味が食欲をそそる♪	鯖の味噌煮 味が良く染みて美味しい！
3月22日	日	鶏もも肉のオーロラソース和え 色々な野菜が入った彩り豊かな一品！甘酸っぱいソースが癖になる味わい！	サワラの白ワインバターソテー 鯛の切り身で作る絶品ソテー♪
3月25日	水	ジンジャーチキン 生姜が効いて香ばしい！かぶりつきたくなるジューシーな味わいです！	カキフライ クリーミーな旨味と、サクサクの衣が絶妙
3月26日	木	煮込みハンバーグ 煮込んでふっくら柔らかい絶品煮込みハンバーグ	鮭と茄子の香味ダレかけ がっつり大満足！ ごま油とねぎが食欲をそそる！
3月27日	金	鶏もものカシューナッツ炒め ジューシーなお肉と、食感のよいカシューナッツの相性◎	サバのピカタ サバに卵液をまわらせてふんわりとしたピカタ♪
3月28日	土	照り焼きチキン しっかりと焼きつけた鶏肉に甘辛いたれをからめられてお箸が止まらない美味しさ	鮭のソテーマスタードソース マスタードソースが鮭に絡んで絶品！
3月29日	日	豚肉と小松菜の卵炒め 甘辛だれが豚肉と卵に絡み、ご飯に合う！卵を使うことでまろやかさをプラス	さわらのバター醤油焼き 淡泊ながらも脂がのったさわらに、まったりとしたバターじょうゆがよく合います

ダイニングカフェ

みらいチケット：子どもたちからの声

皆様からいただいた「みらいチケット」のご寄付により、ダイニングカフェで食事を楽しんだ子供たちから感謝の声が届いています。



みらいチケットにご協力お願いします。

①ソーネダイニングカフェで現金（枚数分×300円）にて購入

②右記口座に（枚数分×300円）お振込みいただく

01 郵便振替口座

口座番号：00880-3-135577
加入者名：社会福祉法人 共生福祉会

02 他機関からの振込

ゆうちょ銀行：〇八九点（089）
当座：0135577
受取人：社会福祉法人 共生福祉会