

## レンタルルーム (ふらっとルーム) 予定表

2022年

	日	月	火	水	木	金	土	
	<p>《 今月のテラス 》</p> <p>★ ランチは、事前予約をお願いいたします。                  ★ 子ども食堂開催日は、15:00～ みやまえスタディ に参加しませんか？ 宿題やドリルなど学習道具を持ってきてくださいね。無料で、学習支援ボランティアさんが教えてくれます。わからないところは、どンドン聞いてくださいね。                  ★ 子ども食堂は店内飲食のみで再開しています。お弁当形式での販売、事前予約はなくなりしました。店内飲食された方のみテイクアウトにも対応します。お弁当箱等容器をお持ちください。                  ★ ひとり親世帯 及び 経済的支援の必要な方 限定のフードパントリーは、18日・19日・20日・23日・24日の5日間で開催します。対象の方は、LINEトークにてご連絡ください。                  物資は、セカンドハーベストジャパン様・Weショップ様・FamilyMart様・フードバンクかながわ様・子どもサポート証券ネット様からの提供となります。                  ★ 太極拳サークルの開催時間が変更になりました。                  ★ 10/11(火) ヨガ体験会「ベーシックヨガ」開催します!!</p>						1 定休日	
AM	<p>★ エンジョイエイジング (回想法・チャエオガ) 9:45～12:45                  ★ うたべびま 10:00～ 親子ふれあいリトミック 10:45～                  ★ 太極拳サークル 9:30～10:30                  ★ はじめてのスマートフォン教室 10:00～11:00                  ★ 思い出カフェ (認知症カフェ) 10:00～11:00</p>							
PM	<p>★ ランチ 11:30～13:00                  ★ ランチ 11:30～13:00                  ★ ランチ 11:30～13:00                  ★ ゆうじ蕎麦 11:30～13:00                  ★ スペシャルプレート 11:30～13:00</p>							
	2	3	4	5	6	7	8	
AM	<p>★ エンジョイエイジング (回想法・チャエオガ) 9:45～12:45                  ★ ランチ 11:30～13:00</p>	<p>★ うたべびま 10:00～ 親子ふれあいリトミック 10:45～                  ★ ランチ 11:30～13:00</p>	<p>★ 太極拳サークル 9:30～10:30                  ★ ランチ 11:30～13:00</p>	<p>★ はじめてのスマートフォン教室 10:00～11:00                  ★ みやまえ食堂 17:00～19:00</p>	<p>★ 思い出カフェ (認知症カフェ) 10:00～11:00                  ★ ランチ 11:30～13:00</p>	定休日	定休日	
PM	<p>★ ランチ 11:30～13:00</p>	<p>★ ランチ 11:30～13:00</p>	<p>★ エンジョイエイジング (麻雀) 13:30～15:30                  ★ ランチ 11:30～13:00</p>	<p>★ みやまえ食堂 17:00～19:00                  店内飲食のみ</p>	<p>★ スペシャルプレート 11:30～13:00</p>			
	9	10	11	12	13	14	15	
AM	<p>★ エンジョイエイジング (回想法・お楽しみ) 9:45～12:45                  ★ ランチ 11:30～13:00</p>	<p>★ スポーツの日                  ★ 休み</p>	<p>★ 太極拳サークル 9:30～10:30                  ★ ヨガ体験会「ベーシックヨガ」 10:40～11:40                  ★ ランチ 11:30～13:00</p>	<p>★ 朝ヨガ (女性限定) 9:00～10:00                  ★ 産後ヨガ (親子クラス) 10:20～11:20                  ★ はるつね蕎麦 11:00～13:00</p>	<p>★ 思い出カフェ (認知症カフェ) 10:00～11:00                  ★ スペシャルプレート 11:30～13:00</p>	定休日	定休日	
PM	<p>★ みやマルシェ 12:00～14:00</p>	<p>★ 休み</p>	<p>★ エンジョイエイジング (麻雀) 13:30～15:30                  ★ ランチ 11:30～13:00</p>	<p>★ 天井 11:00～13:00                  ★ みやまえ食堂 17:00～19:00</p>	<p>★ スペシャルプレート 11:30～13:00</p>			
	16	17	18	19	20	21	22	
AM	<p>★ エンジョイエイジング (回想法・お楽しみ) 9:45～12:45                  ★ ランチ 11:30～13:00</p>	<p>★ うたべびま 10:00～ 親子ふれあいリトミック 10:45～                  ★ ランチ 11:30～13:00</p>	<p>★ 太極拳サークル 9:30～10:30                  ★ ひとり親世帯 &amp; 生活困窮者限定 フードパントリー 9:00～14:00                  ★ ランチ 11:30～13:00</p>	<p>★ はじめてのスマートフォン教室 10:00～11:00                  ★ ひとり親世帯 &amp; 生活困窮者限定 フードパントリー 9:00～14:00                  ★ 天井 11:00～13:00                  ★ みやまえ食堂 17:00～19:00</p>	<p>★ 思い出カフェ (認知症カフェ) 10:00～11:00                  ★ ひとり親世帯 &amp; 生活困窮者限定 フードパントリー 9:00～14:00                  ★ スペシャルプレート 11:30～13:00</p>	定休日	定休日	
PM	<p>★ ランチ 11:30～13:00</p>	<p>★ ランチ 11:30～13:00</p>	<p>★ エンジョイエイジング (麻雀) 13:30～15:30</p>	<p>★ みやまえ食堂 17:00～19:00                  店内飲食のみ</p>	<p>★ スペシャルプレート 11:30～13:00</p>			
	23	24	25	26	27	28	29	
AM	<p>★ エンジョイエイジング (回想法・音楽) 9:45～12:45                  ★ ランチ 11:30～13:00</p>	<p>★ うたべびま 10:00～ 親子ふれあいリトミック 10:45～                  ★ ランチ 11:30～13:00</p>	<p>★ 太極拳サークル 9:30～10:30                  ★ ランチ 11:30～13:00</p>	<p>★ リフレッシュヨガ 10:00～11:00                  ★ みちひさ蕎麦 11:00～13:00</p>	<p>★ 思い出カフェ (認知症カフェ) 10:00～11:00                  ★ スペシャルプレート 11:30～13:00</p>	定休日	定休日	
PM	<p>★ ひとり親世帯 &amp; 生活困窮者限定 フードパントリー 9:00～14:00                  ★ ランチ 11:30～13:00</p>	<p>★ ひとり親世帯 &amp; 生活困窮者限定 フードパントリー 9:00～14:00                  ★ ランチ 11:30～13:00</p>	<p>★ エンジョイエイジング (麻雀) 13:30～15:30</p>	<p>★ 休み</p>	<p>★ 休み</p>			
	30	31	登録をお願いします!!					
AM	<p>★ エンジョイエイジング (回想法・お楽しみ) 9:45～12:45                  ★ ランチ 11:30～13:00</p>	<p>★ うたべびま 10:00～ 親子ふれあいリトミック 10:45～                  ★ ランチ 11:30～13:00</p>					 ≡ LINE 最新情報・お得情報あり!!  ≡ Facebook  ≡ Instagram	
PM	<p>★ ランチ 11:30～13:00</p>	<p>★ ランチ 11:30～13:00</p>						