宮ノ前テラス Terrace

1月

ご予約・お問い合わせ
045-884-0246
miyanomaesutoro@yahoo.co.jp
9時～14時　金・土・祝休み
宮ノ前テラス HP

レンタルルーム（ふらっとルーム）予定表

	日	月	火	水	木	金	土
	1 冬休み	2 冬休み	3 冬休み	4 冬休み	5 配達あり	6 定休日	7 定休日
AM	《 今月のテラス 》 ★ ランチは、事前予約でお願いいたします。 ★ 子ども食堂開催日は、みやまえスタディを15:00～ 開催。宿題やドリルなど学習道具を持ってきてくださいね。 ★ 子ども食堂は店内飲食のみです。お弁当形式での販売、事前予約はしておりません。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、17日・18日・19日・22日・23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。 ★ 年始の初営業日は 1/5（木）となります。 ★ 予定が変更になる可能性もあります。最新情報はHPや公式LINE等でご確認願います。				思い出カフェ 10:00 ～ 11:00	休み	休み
PM					スペシャルプレート 11:30 ～ 13:00		
	8	9 成人の日	10	11	12 配達あり	13 定休日	14 定休日
AM	エンジョイエイジング（回想法・チェアヨガ） 9:45 ～ 12:45	休み	太極拳サークル 9:30 ～ 10:30	朝ヨガ（女性限定） 9:00 ～ 10:00 産後ヨガ（親子クラス） 10:20 ～ 11:20		休み	休み
	ランチ 11:30 ～ 13:00		ランチ 11:30 ～ 13:00	はるつね蕎麦 11:00 ～ 13:00	スペシャルプレート 11:30 ～ 13:00		
PM	みやマルシェ 12:00 ～ 14:00		エンジョイエイジング（麻雀） 13:30 ～ 15:30				
	15	16 配達あり	17	18 みやまえスタディ開催日	19 配達あり	20 定休日	21 定休日
AM	エンジョイエイジング（回想法・お楽しみ） 9:45 ～ 12:45	うたべぴま 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 ひとり親世帯＆生活困窮者限定フードパントリー 9:30 ～ 12:00	思い出カフェ 10:00 ～ 11:00	休み	休み
	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		
PM		ひとり親世帯＆生活困窮者限定フードパントリー 9:30 ～ 12:00	エンジョイエイジング（麻雀） 13:30 ～ 15:30	みやまえ食堂 17:00 ～ 19:00	ひとり親世帯＆生活困窮者限定フードパントリー 9:30 ～ 12:00		
	22	23 配達あり	24	25	26 配達あり	27 定休日	28 定休日
AM	エンジョイ・エイジング（回想法・お楽しみ） 9:45 ～ 12:45	うたべぴま 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	リフレッシュヨガ（女性限定） 10:00 ～ 11:00		休み	休み
	ランチ 11:30 ～ 13:00	ランチ 11:30 ～ 13:00	ランチ 11:30 ～ 13:00	みちひさ蕎麦 11:00 ～ 13:00	スペシャルプレート 11:30 ～ 13:00		
PM	ひとり親世帯＆生活困窮者限定フードパントリー 9:30 ～ 12:00	ひとり親世帯＆生活困窮者限定フードパントリー 9:30 ～ 12:00	エンジョイエイジング（麻雀） 13:30 ～ 15:30				
	29	30 配達あり	31			登録をお願いします!!	
AM	エンジョイエイジング（回想法・音楽） 9:45 ～ 12:45	うたべぴま 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	2023年 本年も何卒よろしくお願い申し上げます		⇦ LINE 最新情報・お得情報あり!!	
	ランチ 11:30 ～ 13:00	ランチ 11:30 ～ 13:00	ランチ 11:30 ～ 13:00			⇦ Facebook	
PM			エンジョイエイジング（麻雀） 13:30 ～ 15:30			⇦ Instagram	