



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



レンタルルーム (ふらっとルーム) 予定表

2023年

	日	月	火	水	木	金	土
	《今月のテラス》			1 ☕	2 ☕	3	4
AM	★ ランチは、事前予約をお願いいたします。 ★ みやまえスタディでは、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、事前予約はしていません。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、22日・23日・26日の3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・Family Mart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、共同募金神奈川様からの助成金利用です。 ★ 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。			はじめてのスマートフォン教室 10:00～11:00	配達あり 思い出カフェ 10:00～11:00	定休日	定休日
PM				ゆうじ蕎麦 11:30～13:00 みやまえスタディ 15:00～17:00 みやまえ食堂 17:00～19:00	スペシャルプレート 11:30～13:00	休み	休み
	5 ☕	6 ☕	7 ☕	8 ☕	9 ☕	10	11
AM	配達あり	配達あり			配達あり	定休日	定休日
PM	エンジョイエイジング (回想法・オンライン旅) 9:45～12:45 ランチ 11:30～13:00	うたべびま 10:00～10:40 親子ふれあいリズム 10:45～11:30 ランチ 11:30～13:00	太極拳サークル 9:30～10:30 ランチ 11:30～13:00 エンジョイエイジング(麻雀) 13:30～15:30	産後ヨガ(親子クラス) 10:00～11:00 はるつね蕎麦 11:00～13:00	スペシャルプレート 11:30～13:00	休み	休み
	12 ☕	13 ☕	14 ☕	15 ☕	16 ☕	17	18
AM		配達あり	Happy White Day		配達あり	定休日	定休日
PM	エンジョイエイジング (回想法・チェアヨガ) 9:45～12:45 ランチ 11:30～13:00 みやマルシェ 12:00～14:00	うたべびま 10:00～10:40 親子ふれあいリズム 10:45～11:30 ランチ 11:30～13:00	太極拳サークル 9:30～10:30 ランチ 11:30～13:00 エンジョイエイジング(麻雀) 13:30～15:30	はじめてのスマートフォン教室 10:00～11:00 スーパー整体 11:00～14:50 天井 11:00～13:00 みやまえスタディ 15:00～17:00 みやまえ食堂 17:00～19:00	思い出カフェ 10:00～11:00 スペシャルプレート 11:30～13:00	休み	休み
	19 ☕	20 ☕	21 ☕	22 ☕	23 ☕	24	25
AM		配達あり	春分の日		配達あり	定休日	定休日
PM	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	うたべびま 10:00～10:40 親子ふれあいリズム 10:45～11:30 ランチ 11:30～13:00	休み	リフレッシュヨガ(女性限定) 10:00～11:00 ひとり親世帯&生活困窮者限定パントリー 9:30～12:00 みちひさ蕎麦 11:00～13:00	ひとり親世帯&生活困窮者限定パントリー 9:30～12:00 スペシャルプレート 11:30～13:00	休み	休み
	26 ☕	27 ☕	28 ☕	29 ☕	30 ☕	31	
AM		配達あり			配達あり	定休日	
PM	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 ひとり親世帯&生活困窮者限定パントリー 9:30～12:00	うたべびま 10:00～10:40 親子ふれあいリズム 10:45～11:30 ランチ 11:30～13:00	太極拳サークル 9:30～10:30 ランチ 11:30～13:00 エンジョイエイジング(麻雀) 13:30～15:30	天井 11:00～13:00	スペシャルプレート 11:30～13:00	休み	

LINE

Face book

Insta gram