



2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

2024年

	日	月	火	水	木	金	土
					1 ☕ 配達あり	2 定休日	3 定休日
AM	《今月のテラス》				思い出カフェ 10:00 ~ 11:00		親子で横浜体験ツアー (中華街を知らう)
PM	★ ランチは、事前予約でお願いいたします。 ★ 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。 ★ 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、19日・20日・21日・25日の4日間で開催します。19日のみ午後配布です。 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です。 ★ 大学生の学生ボランティアが中心となって毎週日曜日にみやまえ塾がオープンします。				かずお蕎麦 11:00 ~ 13:00	休み	休み
	4 ☕	5 ☕ 配達あり	6 ☕	7 ☕	8 ☕ 配達あり	9 定休日	10 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	うたべびま 10:00 ~ 10:40 親子ふれあいリトミック 10:45 ~ 11:30		はじめてのスマートフォン教室 10:00 ~ 11:00		エンジョイウォーク (横浜もののはじめ)	
PM	ランチ 11:30 ~ 13:00 みやまえ塾 14:30 ~ 20:00	ランチ 11:30 ~ 13:00	ランチ 11:30 ~ 13:00 麻雀 13:30 ~ 15:30	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	ランチ 11:30 ~ 13:00 eスポーツ 16:00 ~ 20:00	休み	休み
	11 建国記念の日	12 振替休日	13 ☕	14 ☕ Valentine's day	15 ☕ 配達あり	16 定休日	17 定休日
AM				産後ヨガ&フィットネス 10:00 ~ 11:00	思い出カフェ 10:00 ~ 11:00		
PM	休み	休み	ランチ 11:30 ~ 13:00 麻雀 13:30 ~ 15:30	はるつね蕎麦 11:00 ~ 13:00	ランチ 11:30 ~ 13:00 eスポーツ 16:00 ~ 20:00	休み	休み
	18 ☕	19 ☕ 配達あり	20 ☕	21 ☕	22 ☕ 配達あり	23 天皇誕生日	24 定休日
AM	エンジョイエイジング (回想法・かつげつ亭) 9:45 ~ 12:45	うたべびま 10:00 ~ 10:40 親子ふれあいリトミック 10:45 ~ 11:30	ひとり親世帯&生活困窮者限定パントリー 10:00 ~ 11:00	はじめてのスマートフォン教室 10:00 ~ 11:00 ひとり親世帯&生活困窮者限定パントリー 10:00 ~ 11:00			
PM	ランチ 11:30 ~ 13:00 歌声広場 13:00 ~ 14:00 みやまえ塾 14:30 ~ 20:00	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 14:00 ~ 14:30	ランチ 11:30 ~ 13:00 麻雀 13:30 ~ 15:30	きみお蕎麦 11:00 ~ 13:00 ボディメンテナンス 13:00 ~ 14:50 みやまえスタディ 15:00 ~ 17:00 みやまえ食堂 17:00 ~ 19:00	ランチ 11:30 ~ 13:00 eスポーツ 16:00 ~ 20:00	休み	休み
	25 ☕	26 ☕ 配達あり	27 ☕	28 ☕	29 ☕ 配達あり	登録を お願い   	
AM	エンジョイエイジング (回想法・音楽) 9:45 ~ 12:45 ひとり親世帯&生活困窮者限定パントリー 10:00 ~ 11:00	うたべびま 10:00 ~ 10:40 親子ふれあいリトミック 10:45 ~ 11:30		産後ヨガ&フィットネス 10:00 ~ 11:00			
PM	ランチ 11:30 ~ 13:00 ピアノコンサート 14:00 ~ 15:00 みやまえ塾 16:30 ~ 20:00	ランチ 11:30 ~ 13:00	ランチ 11:30 ~ 13:00 麻雀 13:30 ~ 15:30	みちひさ蕎麦 11:00 ~ 13:00	ランチ 11:30 ~ 13:00 eスポーツ 16:00 ~ 20:00		