



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



2025年

レンタルルーム (ふらっとルーム) 予定

	日	月	火	水	木	金	土
	<p>《 今月のテラス 》</p> <p>★ 1月から横浜市ヤングケアラー支援『みやまえラウンジ』始めました!! 毎月最終木曜日 無料 家族を支えている39歳までの方対象 時間内であればいつでも参加可能 フリートーク&シェアタイム、リラクゼーションワークショップ、学習サポート&宿題タイム、おやつタイム 14:00～17:00 @宮ノ前テラス 17:00～20:00 @zoom にて開催します。 ※ 詳細は別紙をご覧ください</p> <p>★ 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等でご確認をお願い致します。</p>						<p>1 定休日</p> 
	2	3	4	5	6	7	8
AM	エンジョイ エイジング (回想法・音楽) 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	思い出カフェ 10:00～11:00		
PM	ランチ 11:30～13:00 みやまえ塾 14:30～17:30	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	みちひさ蕎麦 11:00～13:00 eスポーツ 16:00～20:00	休み	休み
	9	10	11	12	13	14	15
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	建国記念日	産後ヨガ&フィットネス 10:00～11:00		Valentine's day	
PM	ランチ 11:30～13:00 みやマルシェ 12:00～14:00 歌声広場 13:00～14:00 みやまえ塾 14:30～17:30	ランチ 11:30～13:00	休み	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
	16	17	18	19	20	21	22
AM	エンジョイ エイジング (回想法・かつぜつ亭) 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 10:00～10:30	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 困窮者限定パントリー 10:00～10:30	思い出カフェ 10:00～11:00	エンジョイウオーク (川崎大師)	
PM	ランチ 11:30～13:00 みやまえ塾(体験) 経済セミナー 14:30～17:00	ランチ 11:30～13:00 読書会 13:00～14:30 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 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
	23	24	25	26	27	28	
AM	ひとり親世帯&生活 困窮者限定パントリー 10:00～10:30			産後ヨガ&フィットネス 10:00～11:00			
PM	休み ピアノ & ハンマーダルシマー コンサート 14:00～15:00	休み	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 みやまえラウンジ 14:00～17:00 eスポーツ 16:00～20:00	みやまえラウンジ @zoom 17:00～20:00	登録を お願いします!!

