



7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

2025年

	日	月	火	水	木	金	土
	《 今月のテラス 》		1	2	3 配達あり	4 定休日	5 定休日
AM	★ 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等で確認 をお願い致します。 ★ 夏休みワークショップにつきましては、 別紙をご覧ください。 			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	Herb 交流会 10:00 ~ 11:30	親子横浜ウォーク (エアキャビン 他)
PM			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
	6	7	8	9	10 配達あり	11 定休日	12 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		産後ヨガ & フィットネス 10:00 ~ 11:00 ひとり親世帯 & 生活 困難者限定バントリー 10:30 ~ 11:00	ひとり親世帯 & 生活 困難者限定バントリー 10:00 ~ 10:30		
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	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
	13	14	15	16	17 配達あり	18 定休日	19 定休日
AM	エンジョイ エイジング (回想法・ヨガニサイズ) 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	エンジョイウォーク (カップヌードル ミュージアム)	夏休み ワークショップ ①
PM	ランチ 11:30 ~ 13:00 みやマルシェ 12:00 ~ 14:00 歌声サークル 13:30 ~ 14:30 みやまえ塾 15:00 ~ 17:30	ランチ 11:30 ~ 13:00	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 夏休み ワークショップ ②
	20	21 海の日	22	23	24 配達あり	25 定休日	26 定休日
AM	エンジョイ・エイジング (回想法・ドローンファイト) 9:45 ~ 12:45 ひとり親世帯 & 生活 困難者限定バントリー 10:00 ~ 10:30	夏休み ワークショップ ③		産後ヨガ & フィットネス 10:00 ~ 11:00		夏休み ワークショップ ⑥	
PM	ランチ 11:30 ~ 13:00 みやまえ塾 (体験) 14:30 ~ 17:00	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 夏休み ワークショップ ⑤	ランチ 11:30 ~ 13:00 eスポーツ 16:00 ~ 20:00	休み	休み 中村町内会 夏祭り出店 16:00 ~ 20:00
	27	28	29	30	31 配達あり	宮ノ前テラスの 夏季休暇は... 8/11(月)~ 8/16(土) の予定です 	
AM	エンジョイ エイジング (回想法・歌) 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	夏休み ワークショップ ⑦	産後ヨガ & フィットネス 10:00 ~ 11:00 夏休み ワークショップ ⑧		登録を お願いします!! LINE Face book Insta gram	
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 16:00 ~ 19:30	ランチ 11:30 ~ 13:00 読書会 13:00 ~ 14:30	ランチ 11:30 ~ 13:00 麻雀 13:30 ~ 15:30	みちひさ蕎麦 11:00 ~ 13:00 夏休み ワークショップ ⑨	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		