



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

2025年

	日	月	火	水	木	金	土
	登録を お願いします!!	1 ☕	2 ☕	3 ☕	4 ☕ 配達あり	5 定休日	6 定休日
AM	LINE 	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		
	Face book 	ランチ 11:30 ~ 13:00	ランチ 11:30 ~ 13:00	ゆうじ蕎麦 11:30 ~ 13:00	みちひさ蕎麦 11:00 ~ 13:00	休み	休み
PM	Insta gram 		麻雀 13:30 ~ 15:30	みやまえスタディ 15:00 ~ 17:00 みやまえ食堂 17:00 ~ 19:00	eスポーツ 16:00 ~ 20:00		
	7 ☕	8 ☕	9 ☕	10 ☕	11 ☕ 配達あり	12 定休日	13 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 困難者限定パントリー 10:00 ~ 10:30	ひとり親世帯&生活 困難者限定パントリー 10:00 ~ 10:30		
	ランチ 11:30 ~ 13:00	ランチ 11:30 ~ 13:00	ランチ 11:30 ~ 13:00	はるつね蕎麦 11:00 ~ 13:00	ランチ 11:30 ~ 13:00	休み	休み
PM	みやまえ塾 14:30 ~ 17:30		麻雀 13:30 ~ 15:30		ひとり親世帯&生活 困難者限定パントリー 13:00 ~ 13:30 eスポーツ 16:00 ~ 20:00		
	14 ☕	15 敬老の日	16 ☕	17 ☕	18 ☕ 配達あり	19 定休日	20 定休日
AM	エンジョイ エイジング (回想法・カプス脳トレ) 9:45 ~ 12:45			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	
	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	休み	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
PM							
	21 ☕	22 ☕	23 秋分の日	24 ☕	25 ☕ 配達あり	26 定休日	27 定休日
AM	エンジョイ・エイジング (回想法・看護師と一緒に 考える 初めてのACP) 9:45 ~ 12:45 ひとり親世帯&生活 困難者限定パントリー 10:00 ~ 10:30	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			
	ランチ 11:30 ~ 13:00	ランチ 11:30 ~ 13:00	休み	みちひさ蕎麦 11:00 ~ 13:00	ランチ 11:30 ~ 13:00	休み	休み
PM	みやまえ塾 (体験) 14:30 ~ 17:00	ブックカフェ 13:00 ~ 14:30			みやまえラウンジ 14:00 ~ 18:00 eスポーツ 16:00 ~ 20:00		
	28 ☕	29 ☕	30 ☕	★ 予定が変更になる可能性があります。 最新情報は、HPや公式LINE等で確認をお願い致します。			
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		《 今月のテラス 》			
	ランチ 11:30 ~ 13:00	ランチ 11:30 ~ 13:00	ランチ 11:30 ~ 13:00	《 豆知識 》			
PM	ピアノ&ホルン コンサート 14:00 ~ 15:00 みやまえ塾 16:30 ~ 19:30		麻雀 13:30 ~ 15:30	9月1日は防災の日ですね。 なぜ、9月1日が防災の日なのかご存知ですか？ ①1923年(大正12年)9月1日、関東地方を中心に、マグニチュード7.9の大震災が 襲った。 ②二百十日(立春から数えて210日目)は、昔から台風が多く発生する厄日とされ てきた。 という二つの理由から、災害に対する備えを促すために、災害への備えを怠らな いようしようとの戒めをこめて制定されたそうです。 (参照: https://www.bousai-life.net)			