



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



2026年

レンタルルーム (ふらっとルーム) 予定表

	日	月	火	水	木	金	土
	登録を お願いします!!		1 ☕	2 ☕	3 ☕ 配達あり	4 定休日	5 定休日
AM	LINE 			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	Face book 		ランチ 11:30 ~ 13:00 健康麻雀倶楽部 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 ~ 21:00	休み	休み
	Instagram 						
	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 (チェアヨガ) 9:45 ~ 12:45	うたべびま 10:00 ~ 10:35 親子ふれあいリミック 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 みやまえ塾 14:30 ~ 17:30	ランチ 11:30 ~ 13:00	ランチ 11:30 ~ 13:00 健康麻雀倶楽部 13:30 ~ 15:30	きみお蕎麦 11:00 ~ 13:00	ランチ 11:30 ~ 13:00 eスポーツ 16:00 ~ 21:00	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 (オペラを歌おう) 9:45 ~ 12:45		ひとり親世帯&生活 困窮者限定バントリー 10:00 ~ 10:30	はじめての スマートフォン教室 10:00 ~ 11:00	思い出カフェ 10:00 ~ 11:00		
PM	ランチ 11:30 ~ 13:00 みやマルシェ 12:00 ~ 14:00 歌声ひろば 14:00 ~ 15:00 みやまえ塾 15:30 ~ 18:30	ランチ 11:30 ~ 13:00 WAVE 横浜 13:00 ~ ひとり親世帯&生活 困窮者限定バントリー 14:00 ~ 14:30	ランチ 11:30 ~ 13:00 健康麻雀倶楽部 13:30 ~ 15:30	みちひさ蕎麦 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 ~ 21:00	休み	休み
	20 ☕	21 敬老の日	22 国民の休日	23 秋分の日	24 ☕ 配達あり	25 定休日	26 定休日
AM	エンジョイ・エイジング (卓球バレー) 9:45 ~ 12:45 ひとり親世帯&生活 困窮者限定バントリー 10:00 ~ 10:30					エンジョイウォーク (市電保存館)	
PM	ランチ 11:30 ~ 13:00 みやまえ塾 (体験) 14:30 ~ 17:00 みやまえラウンジ 16:00 ~	休み	休み	休み	やさしい体操 10:00 ~ 11:00 ランチ 11:30 ~ 13:00 eスポーツ 16:00 ~ 21:00	休み	休み
	27 ☕	28 ☕	29 ☕	30 ☕	《 今月のお知らせ 》 📌 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。 📌 昨今の物価高により 今までの価格でのランチ提供が難しく ランチ 800円 → 1,000円 手打ち蕎麦 1,000円 → 1,200円 へ今月より価格改定致します。 これからも薬物野菜は横浜産水耕栽培、旬の地元中田の 野菜、国産肉にこだわり、安全な食材でランチを提供して 行きますのでご理解頂けます様お願い致します 🍁		
AM	エンジョイ エイジング (歌) 9:45 ~ 12:45	うたべびま 10:00 ~ 10:35 親子ふれあいリミック 10:45 ~ 11:30	懐メロ会 11:00 ~ 12:00				
PM	ランチ 11:30 ~ 13:00 ギターコンサート 14:00 ~ 15:00 みやまえ塾 16:30 ~ 19:30	ランチ 11:30 ~ 13:00 ブックカフェ 13:00 ~ 14:30	ランチ 11:30 ~ 13:00 健康麻雀倶楽部 13:30 ~ 15:30	みちひさ蕎麦 11:00 ~ 13:00 みやまえ脳活 アカデミー 12:00 ~ 15:30			