地域リビング プラスワン ご予約・お問い合わせ：電話 03-6906-6578

6月のおうちごはん・おかえりごはん

お元気ですか？大変な時こそ、声かけあって暮らしていきましょう。散歩したり、健康維持に気をつけてくださいね。地域リビングは席数を減らして再開します。予約のお電話をいただけると嬉しいです。お持ち帰りも歓迎です♪ 笑顔で再会できるのが楽しみにしています^^/

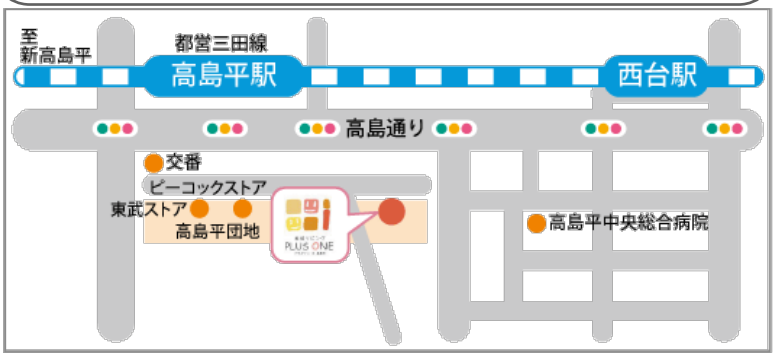
社会状況の変化やボランティアさんの都合で中止になる場合があります。ご了承ください。

お持ち帰り歓迎です♪

5	金	12:00~14:00よっしーの和食♪
		17:30~21:00ハッサンのカレー♪
6	土	12:00~14:00幻の太田さんのナポリタン♪
7	日	12:00~14:00スペシャルプレート：ガパオライス♪
		14:00~16:30いけちゃんカフェタイム(ケーキ&ドリンク)♪
9	火	12:00~14:00ママのお楽しみごはん♪
10	水	12:00~14:00よっしーのキーマカレー♪
		17:30~21:00あやみんハンバーグ♪
11	木	12:00~14:00とくちゃんの中華おこわ♪
12	金	17:30~21:00ハッサンのビーフシチュー♪
13	土	12:00~14:00 スペシャルプレート：カレー♪
14	日	14:00~16:30いけちゃんカフェタイム(ケーキ&ドリンク)♪
		17:00~21:00 夜会♪
15	月	12:00~14:00よっしーのロールキャベツ♪
		14:00~16:30いけちゃんカフェタイム(ケーキ&ドリンク)♪
		17:30~21:00いけちゃんの北欧風ミートボール♪

おうちごはん♪

12時-14時 ご飯を食べます。
食べる前に口腔ケアと軽く身体を動かそう。
参加費：500円-650円☆できるだけご予約ください。



おかえりごはん(月・水・金)♪

☆参加費
・子ども（高校生まで）100円
・親子利用（子ども何人でも）500円
・大人500円
☆18時から21時まで。
☆お仕事帰りの夜ご飯にもどうぞ!!
☆当日16時までにご予約ください。

【子ども（小学生以上）だけで利用される方へ】
・初回利用の方は、利用方法について
ご説明をしますのでメールかお電話ください。

メール： info@dreamtown.info 住所：高島平2-28-1-102イーストサイド名店街内

17	水	12:00~14:00ひろちゃんの鶏そぼろ丼♪
		17:30~21:00ハッサンの和食♪
18	木	12:00~14:00大吉さんのまぜご飯＆煮物♪
19	金	17:30~21:00ハッサンのオムライス♪
20	土	12:00~14:00 スペシャルプレート♪
21	日	8:00~11:00あっちゃんブランチエッグチーズトースト♪
22	月	12:00~14:00ひろちゃんの豚の生姜焼き♪
		14:00~16:30いけちゃんカフェタイム(ケーキ&ドリンク)♪
		17:30~21:00いけちゃんの海南鶏飯♪
23	火	12:00~14:00ママのお楽しみごはん♪
24	水	10:30~13:30料理教室　韓国料理キンパ♪
		17:30~21:00あやみんの鶏の照り焼き♪
25	木	12:00~14:00よっしーのハンバーグ♪
26	金	17:30~21:00ハッサンのシチュー♪
27	土	12:00~14:00 スペシャルプレート♪
28	日	14:00~16:30いけちゃんカフェタイム(ケーキ&ドリンク)♪
		17:00~21:00夜会♪
29	月	12:00~14:00ひろちゃんの冷やし中華♪
		14:00~16:30いけちゃんカフェタイム(ケーキ&ドリンク)♪
		17:30~21:00いけちゃんの洋風お魚料理♪
30	火	12:00~14:00大吉さんの麻婆豆腐♪

料理教室♪6/24(水)

10時：開場　10時半-12時：ごはん作り
12時-13時半：いただきます　14時：終了
高島平中央総合病院の栄養士さんと一緒にごはんをつくり、いただきます♪
糖尿病の方も食べられるメニューです☆
参加費：500円 持ち物：エプロン・三角巾

スペシャルプレート♪

土日に、ゆったりとランチプレート♪
参加費：800円　時間：12時-14時
☆できるだけご予約ください。

カフェタイム♪

手作りケーキとコーヒーor紅茶で、のんびりたいむ。
参加費：500円 時間：14:00-16:30

夜会♪

つまみを食べながら、語り合う夜会、スタート!!
参加費：1,500円　アルコールを飲む方は、ご持参ください。