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

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

4月のおうちごはん・おかえりごはん

4月になりました。桜吹雪の舞う今日この頃、春らしい暖かな季節となりましたがいかがお過ごしでしょうか。
地域リビングは感染対策をしながら、交流が途切れることのないように活動していきます。新しい方のご参加もお待ちしています。
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。

1	土	12:00~14:00　よっしーのカレー♪
3	月	12:00~14:00　よっしーのエビフライ♪　体操の日
5	水	17:30~20:00　りょーへいくんのタコライス♪
7	金	12:00~14:00　礼子さんの豚汁♪　体操の日
		17:30~20:00　ハッサンとケニーのお楽しみ弁当♪
8	土	12:00~14:00　よっしーの和風ハンバーグ♪
10	月	12:00~14:00　ママのお楽しみごはん♪
		17:30~20:00　すーさんの豚肉スタミナ炒め♪
12	水	10:30~13:30　料理教室　もえさんのキンパ弁当♪
		17:30~20:00　よっしーの八宝菜♪
13	木	12:00~14:00　とくちゃんの中華おこわ♪
15	土	12:00~14:00　よっしーの中華幕内♪
17	月	12:00~14:00　よっしーの天ぷら♪
		17:30~20:00　すーさんのガーリックチキン♪
21	金	12:00~14:00　礼子さんのお楽しみごはん♪　体操の日
		17:30~20:00　ハッサンとケニーのお楽しみ弁当♪
22	土	12:00~14:00　よっしーのおにぎり♪
24	月	12:00~14:00　よっしーの幕内♪　体操の日
		17:30~20:00　よっしーのエビフライ♪
26	水	17:30~20:00　ハッサンのビーフシチュー♪
29	土	12:00~14:00　よっしーのナポリタン♪
30	日	12:00~14:00　いけちゃんのお魚のレモン煮モロッコ風♪
		14:30~16:30　いけカフェ　ムービートーク オススメの映画やアニメ、ドキュメンタリーなど映像作品を語らいましょう♪

お持ち帰り歓迎です♪

おうちごはん♪

12時-14時　ご飯を食べます。
参加費：500円-650円☆できるだけご予約ください。

♪カフェタイム♪

4/30(日)14:30-16:30
手作りケーキ&アイスと季節のジュースをお楽しみください♪
飲み物100円、ケーキ100円
飲み物だけでもOK!!

☆介護予防の日☆

3日(月)、7日(金)、21日(金)、24日(月)

12:00- 口腔ケア
12:15- おうちごはん(会食)
13:10- ジュンさんの体操教室

食事の前に、口腔ケア体操をします。
食事の後に、体操をします。
介護予防運動指導員・介護福祉士のジュンさんと楽しく運動しましょう！！
ご参加お待ちしています！！

料理教室♪

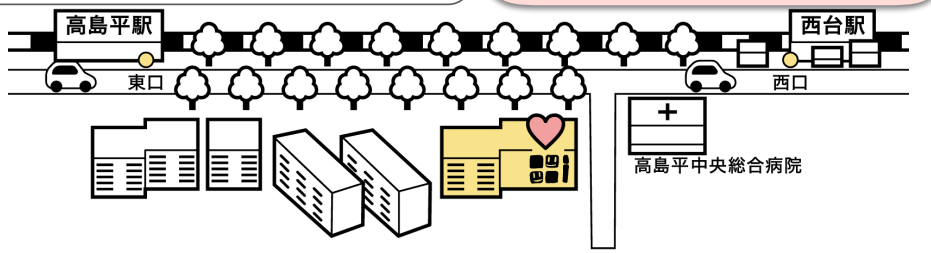
3/12（水）10時―13時半
高島平中央総合病院の栄養士さんと一緒にごはんをつくりいただきます♪
糖尿病の方も食べられるメニューです☆
参加費：500円　持ち物：エプロン・三角巾

おかえりごはん(不定期)♪

☆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

☆当日16時までにご予約ください。☝ライン登録

【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ラインでご連絡ください。

～ボランティアさん募集中～

地域リビングで食事作り（または食事作りのサポート）をしてみませんか？ご連絡お待ちしています^^
070-8406-3499
ドリームタウンのライン公式アカウントからの問い合わせはこちら→