

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

1月のおうちごはん・おかえりごはん

1月になりました。新年明けましておめでとうございます。寒風が身にしみる時期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	月		12:00~14:00	よっしーのおせち (要予約 10食限定) ♪
5	金		17:30~20:00	ハッサンとケニーのお楽しみ弁当 ♪
7	日		12:00~14:00	いけちゃんの押し寿司 ♪
			14:30~16:30	いけカフェ 絵画、絵本、写真などお気に入りの一枚を紹介し合おう ♪
10	水		10:30~13:30	料理教室 かえでさんの白菜と豚肉の中華風炒め ♪
			17:30~20:00	よっしーのエビフライ ♪
11	木		12:00~14:00	とくちゃんのキムチ団子 ♪ 
12	金		17:30~20:00	しまちゃんの三色丼 ♪ 
15	月		12:00~14:00	よっしーの八宝菜 ♪  体操の日

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。
10時頃から一緒に食事をつくる方も募集中^^

♪カフェタイム ♪
1/7(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!!

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。


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	礼子さんの五目ちらし ♪
			17:30~20:00	男子大学生の中華料理 ♪
19	金		12:00~14:00	ママのお楽しみごはん ♪
			17:30~20:00	ハッサンとケニーのお楽しみ弁当 ♪
22	月		12:00~14:00	よっしーのカレー ♪  体操の日
29	月		12:00~14:00	よっしーのとんかつ ♪  歌の日
30	火		12:00~14:00	ママのお楽しみごはん ♪
			12:00~14:00	礼子さんの牛しぐれ丼 ♪
31	水		12:00~14:00	礼子さんの牛しぐれ丼 ♪
			17:30~20:00	おぐゆらのカレーライス ♪

お持ち帰り
歓迎です ♪

おかえりごはんお休みのお知らせ 📣
1/22~1/26はシャッター工事のためおかえりごはんはお休み致します。
(1/22のお昼のみあります ♪)

料理教室 ♪
1/10(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

🌟介護予防の日🌟 

15日、22日、29日(月)

12:00~ 口腔ケア
12:15~ おうちごはん(会食)
13:30~14:00 ジュンさんの体操教室
29日は13:30~14:00 みんなで歌を歌いましょう ♪ (ボランティア：與芝さん)

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!!

ご参加お待ちしております!!

~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?ご連絡お待ちしております^^
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→

