

# ケアラースカフェ in 都会 (まち) の実家

杉並区成田東4丁目に「ケアラースカフェ in 都会 (まち) の実家」が、オープンしました。落ち着いた佇まいの家で、ゆったりとお過ごしてください。

介護している方はもちろん、おひとり暮らしの方、地域の方、小さなお子さん連れの方も歓迎です。



## メニュー

ランチ	500円
ランチコーヒー	150円
コーヒー&紅茶	300円
ケーキセット	400円

## 1月ランチメニュー

11日(木)	治部煮 ポテトサラダ 小松菜の胡麻和え
15日(月)	カレー 白菜とりんごのサラダ コンソメスープ
18日(木)	しゅうまい ワンタン 卵焼き
22日(月)	肉じゃが かぶの明太子和え 豚汁
25日(木)	ロールキャベツ ゆで野菜の生姜ドレッシング

ケアラースカフェ in 都会 (まち) の実家 杉並区成田東4-35-19

TEL/FAX: 03-6317-1634

## 1月ケアラースカフェ スケジュール

\*枠内○の数字は日にちです

週	月 🌕	水 🌕	木 🌕	金 🎵	土
1	休み		休み		
2	休み	⑩絵手紙 教室 9:30-11:30	⑪ケアラース カフェ 11:30-16:00		
3	⑮ケアラース カフェ 11:30-16:00		⑱ケアラース カフェ 11:30-16:00	⑲歌声 サロン 9:30-11:00 パソコン教室 13:00-16:30	
4	⑳ケアラース カフェ 11:30-16:00		㉕ケアラース カフェ 11:30-16:00		㉗娘サロン 13:00-16:00

\*ケアラースカフェ 都会 (まち) の実家は杉並区長寿応援ポイント対象店です



東京メトロ丸ノ内線「南阿佐ヶ谷」駅 徒歩 5分  
JR中央線「阿佐ヶ谷」駅 徒歩 15分

運営 NPO 法人 介護者サポートネットワークセンター・アラジン