

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

2月ランチメニュー

1日(木)	根菜の和風煮 かぼちゃのサラダ 小松菜の梅おかか和え
5日(月)	高野豆腐のはさみ煮 焼きかぼちゃの香味ごまふりかけ他
8日(木)	メンチカツ 温野菜サラダ きんぴら
15日(木)	酢豚 さといものふろふき他
19日(月)	魚のホイル焼き 切干大根の煮物 ベーコンとじゃがいも炒め
22日(木)	ぶり大根 さつま芋のきんぴら 青菜の煮びたし
26日(月)	豆腐ステーキ 長芋のもずく和え 大根とあげのサラダ

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

2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	⑤ケアラース カフェ 11:30-16:00		①ケアラース カフェ 11:30-16:00	②歌声 サロン 9:30-11:00 パソコン教室 13:00-16:30	
2	休み	⑭絵手紙 教室 9:30-11:30	⑧ケアラース カフェ 11:30-16:00		
3	⑱ケアラース カフェ 11:30-16:00		⑮ケアラース カフェ 11:30-16:00	⑯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		㉒ケアラース カフェ 11:30-16:00		㉔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



- ①南阿佐ヶ谷駅を下車し、地上に上がり杉並警察署方面に歩く
- ②角にある交番を右折
- ③多田薬局を右折
- ④4軒目の角が「都会(まち)の実家」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