

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
ワッフルセット	500円

介護している方
午後2時からが
おススメです

新メニューはじまります!

8月ランチメニュー

2日(木)	チーズインハンバーグ いんげんと油揚げのごま酢和え他
6日(月)	ズッキーニグラタン 焼きなす もずくとモロヘイヤの酢の物
9日(木)	豚肉のごま味噌焼き オクラとひじきのマヨネーズ和え他
20日(月)	ニラレバ炒め 鶏ササミときゅうりの白和え マリネ
23日(木)	なすと挽肉のカレー グリーンサラダ ヨーグルト
27日(月)	たらの親子焼き 京風がんも レタスとみょうがの三杯酢

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

8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	⑥ケアラース カフェ 11:30-16:00		②ケアラース カフェ 11:30-16:00	③歌声 サロン 9:30-11:00	
2			⑨ケアラース カフェ 11:30-16:00		
3	⑩ケアラース カフェ 11:30-16:00				
4	⑭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		⑮ 娘サロン 14:00-16:00

*8月10日~8月19日夏休みとなります

*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