

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く下さい。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
- 新メニュー!**
- 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



2019年3月ランチメニュー

| | |
|--------|--------------------------------|
| 4日(月) | ロールキャベツのさっぱり中華味 焼きかぼちゃの香味ふりかけ他 |
| 7日(木) | 鶏肉のタルタルソースはさみ焼き 卵の花炒り他 |
| 11日(月) | いわしの蒲焼ごま風味 小松菜としめじのお浸し他 |
| 14日(木) | 煮込みハンバーグ コールスロー |
| 18日(月) | カキフライ ポテトサラダ さつま揚げといんげんの煮物 |
| 25日(月) | 牛肉とニラのプルコギ きざみ昆布の煮物 白菜とりんごのサラダ |

*メニューは都合により変更となる場合がございます

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

2019年3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 | ④ケアラース カフェ 11:30-16:00 | | ⑦ケアラース カフェ 11:30-16:00 | ①歌声 サロン 9:30-11:00 | |
| 2 | ⑪ケアラース カフェ 11:30-16:00 | ⑬絵手紙 教室 9:30-11:30 | ⑭ケアラース カフェ 11:30-16:00 | ⑧パソコン 教室 13:00-16:30 | |
| 3 | ⑱ケアラース カフェ 11:30-16:00 | | ㉑休み | ⑮歌声 サロン 9:30-11:00 | |
| 4 | ㉕ケアラース カフェ 11:30-16:00 | | ㉘休み | ㉒パソコン 教室 13:00-16:30 | ㉓娘サロン 14:00-16:00 |

*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

*2019年2月より第4木曜日をお休みさせていただきます



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