

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



2019年5月ランチメニュー

9日(木)	ポークチョップ ミックスなめたけ他
13日(月)	竹輪のクリーム詰め 炒り豆腐 三つ葉のお浸し
18日(木)	春巻き ゆずこしょう風味サラダ他
20日(月)	魚の南蛮焼き ごぼうと生姜の佃煮 長芋のもづく和え
27日(月)	ミートローフ 春菊の味噌炒め ブロッコリーの白和え

*メニューは都合により変更になる場合がございます。

*27日(月)は食卓サロン(11:30~12:30)となります。
どなたでもご参加いただけます。詳細は別途ちらをご参照ください。

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5月ケアラースカフェ スケジュール *枠内〇の数字は日にちです

週	月 ☕	水 ☕	木 ☕	金 🎵	土
1					
2	⑬ケアラース カフェ 11:30-16:00	⑧絵手紙 教室 9:30-11:30	⑨ケアラース カフェ 11:30-16:00	⑩パソコン 教室 13:00-16:30	
3	⑳ケアラース カフェ 11:30-16:00		⑯ケアラース カフェ 11:30-16:00	⑰歌声 サロン 9:30-11:00	
4	㉑食卓サロン 11:30-13:30		㉒ケアラー ランチ会 13:00-15:00	㉔パソコン 教室 13:00-16:30	㉕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



- 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