

お散歩途中にどうぞ!



レモンの庭では緑区社会福祉協議会が取り組みをすすめている『お散歩カフェ』に参加。専用ののぼりが目印です。どうぞお立ち寄りください。

のぼりが目印

右ののぼりがたっていると
きは営業中です(基本 レモ
ンの庭の時間帯)。
気軽にご利用ください。

散歩の途中にどうぞ

ご自由に外のベンチでひと
休みしてください。興味があ
ったら中ものぞいてくれら
と嬉しいですよ。飲み物もオー
ダーできますよ。
子どもたちは外の芝生でゴ
ロンが楽しいかな?



お申込み・お問合せ
フラットガーデン

flatgarden.yokohama@gmail.com

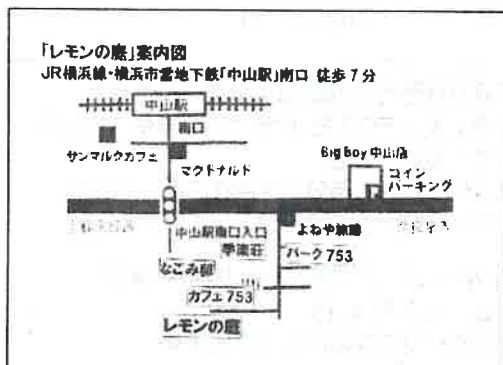
TEL/FAX 045-512-5649



ただいま緑区で展開中!

緑区社会福祉協議会が取り組
みを推進している『お散歩カ
フェ』がただいま緑区のおち
こで展開中です。

自宅の庭先やガレージ、敷地の
一角などを利用したカフェか
らは「気軽な場から近所づきあ
い」のコンセプトそのままに、
縁側で楽しくおしゃべりする
ような和気あいあいとした雰
囲気が生まれています。
散歩途中にのぼりを見つけた
際には、気兼ねなく、立ち寄っ
てみてください。



多世代交流カフェ

レモンの庭

一般社団法人 フラットガーデン

横浜市介護予防生活支援サービス補助事業

2021.4月号

「レモンの庭」は多世代が交流できるカフェです。
赤ちゃんから高齢者まで、どなたでもご利用できます
ので気軽にお立ち寄りください。

営業日時 月・水・木・金・土
10:00~15:00

ドリンク 300円~

ランチを提供する日があります

一般社団法人 フラットガーデン

横浜市緑区中山5丁目4-7

Tel&Fax 045-512-5649

flatgarden.yokohama@gmail.com



★利用に際して検温・マスク着用・手洗いをお願いいたします

2021.4月の予定表 多世代交流カフェレモンの庭 10:00~15:00

月	火	水	木	金	土	日
			1	2 ぬいものカフェ (シニア料金有) Pono'sランチ	3	4
5 美子の部屋 10:30~12:00 気軽にお話ししましょう!	/	7 ニットカフェ (シニア料金有) 健康マージャン 13:00~15:00 参加費 500円	8 音楽の日 10:30~12:00 参加費 500円 アコーディオンの伴奏で 歌いましょう かたよりカフェもあります	9 ぬいものカフェ (シニア料金有) 健康マージャン 13:00~15:00 参加費 500円	10 フラット マーケット 11:00~14:00 みんなのあそび場 13:00~16:00	4月10日(土)は フラットマーケット! 餃子やおにぎり、グ リーンカレー、シフォン ケーキなど。 持ち帰りもできます。 フリマや手作り製品の 販売もあります。 気軽にふらっと来てく ださい!
12 美子の部屋 10:30~12:00 気軽にお話ししましょう!	/	14 ニットカフェ (シニア料金有) 健康マージャン 13:00~15:00 参加費 500円	15 心と身体にやさし いごはん 11:30~13:30 くつろぎヨガ 13:00~ 参加費 500円 椅子に座ってできるヨガ	16 ぬいものカフェ (シニア料金有) 健康マージャン 13:00~15:00 参加費 500円	17	
19 美子の部屋 10:30~12:00 気軽にお話ししましょう! Pono'sランチ オンライン美子の部屋 14:00~16:30	/	21 ニットカフェ (シニア料金有) 健康マージャン 13:00~15:00 参加費 500円	22 味のある筆文字を 書こう! 10:00~12:30 参加費 3,500円(材料費込) 素敵な筆文字の作品が時間 内で出来上がります!	23 ぬいものカフェ (シニア料金有) 健康マージャン 13:00~15:00 参加費 500円	24 スマホ・よろず教室 11:00~12:00 参加費 500円 みんなのあそび場 13:00~16:00	25
26 百舌の巣inレモン の庭 10:30~12:00 お話:一心さん	/	28 ニットカフェ (シニア料金有) 健康マージャン 13:00~15:00 参加費 500円	29	30 ぬいものカフェ (シニア料金有) 健康マージャン 13:00~15:00 参加費 500円		

百舌(もず)の巣inレモンの庭
一心さんは自閉症スペクトラムの子どもを持つ父親で、自らも当事者です。子育てや人との関わりに悩んでいる方など、どなたにとってもヒントになるお話しです。

美子の部屋(月に1回はオンライン)
障害のある子ども(青年)の母であり、長年子育て支援に関わってきた松岡美子(当法人代表)と何でも気楽にお話しをしましょう。オンラインもあります。

ニット(水)・ぬいものカフェ(金)
10:00~15:00

編み物や縫い物をしながら、おしゃべりできる日です。道具や材料がなくても大丈夫、見学やランチだけでもOKです。来てみてください。

1時間 500円ですが、65歳以上の方はシニア料金 3時間 500円の、介護予防プログラムとしても行います。

みんなのあそび場(毎月第2・4土曜日)
参加費: 大人 500円 小学生~大学生 100円
※お茶・お菓子付き
将棋やゲームなど自分の好きなこと、やりたいことをして遊ぼう。マージャンもできるよ。

スマホ・よろず教室(毎月第4土曜日)
参加費: 大人 500円
スマホやパソコンのお悩み聞きます。個別の相談(別料金・要予約)もいたします。

木曜日が変わります!

「音楽の時間」や「くつろぎヨガ」「お散歩」など身体を動かしたり、歌ったりするプログラムが始まります。マージャン等もできます。詳しくは
お問合せください。