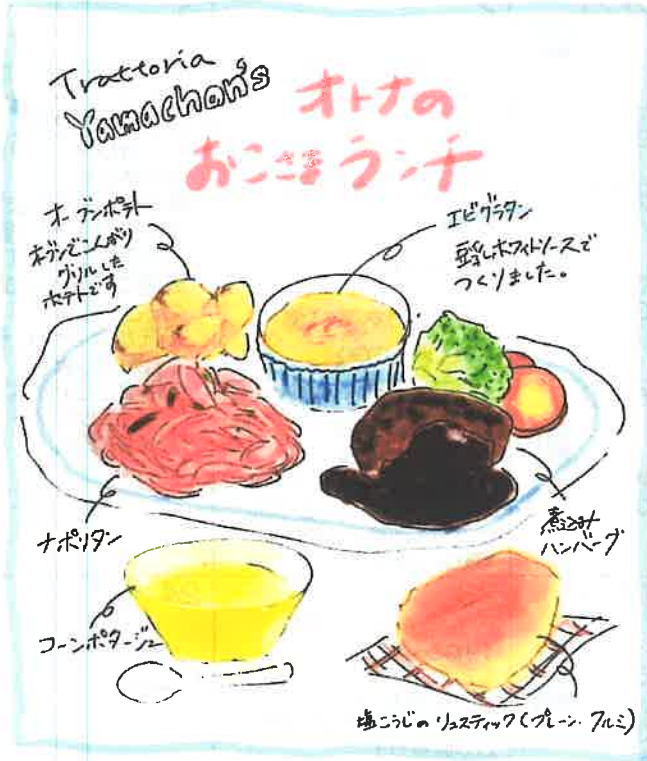


ますますランチが充実

新しいシェフが加わりました。



他のシェフたちも
よろしくね

昔懐かしい食事
アンクルサバド
ランチ



発酵食メインの
やさしい
pono's ランチ



毎回、目で舌で
楽しませてくれる
キッチンさくら



手作り餃子
ランチが大人気。
マミータ食堂



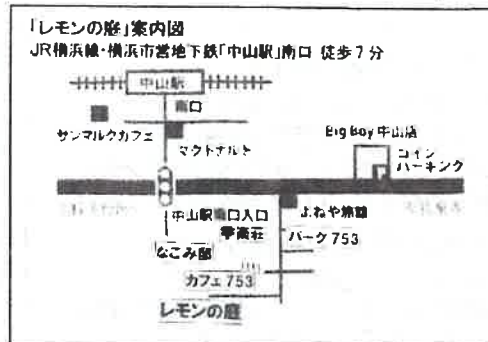
Tratorria Yamachan's

上記はある日のランチメニューです。
イタリアンをベースにした数種類の総菜が楽しめます。
週1回担当。
ぜひ、食べにいらしてください。

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



多世代交流カフェ

レモンの庭

横浜市介護予防生活支援サービス補助事業

2021年10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

2021.10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 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	2	3
4 美子の部屋 10:30~12:00 気軽に話しましょう! 	5	6 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	7 レモンの学校 10:00~13:00  音楽：谷川マユコさん 参加費 500円 心と身体にやさしいごはん	8 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	9 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	<div style="border: 2px solid orange; border-radius: 15px; padding: 10px;"> <p>9月11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! 天気が良かったら外でも販売します。 9月22日(金)には ミニフラットマーケットもあります。</p> </div>
11 美子の部屋 10:30~12:00 気軽に話しましょう! 	12	13 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	14 レモンの学校 10:00~13:00  美術：中畝治子さん 参加費 500円	15 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	16 スマホ・パソコンなんでも相談 13:00~14:00 参加費 500円 個別相談(別料金・要予約) サブカル部がていねいにお教えします!	
18 養子縁組という家族のかたち vol.3  10:30~12:00 オンライン美子の部屋 14:00~15:30 	19	20 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	21 レモンの学校 10:00~13:00  参加費 500円 くつろぎヨガ 13:00~14:00 参加費 500円	22 ぬいものカフェ (シニア料金有)  ミニフラットマーケット 11:30~15:00  健康マージャン 13:00~15:00 参加費 500円	23 みんなのあそび場 13:00~16:00 こども 100円 おとな 500円 作り物や昔遊び、カードゲームや麻雀も!	
25	26	27 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	28 レモンの学校  10:00~13:00 参加費 500円 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)	29 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	30 「十日市場アニマルズを 探せ!」のためお休み	31

百舌(もず)の楽 in レモンの庭(月)

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。ランチも作ってくれます。日程はお問い合わせ下さい。

美子の部屋(月)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。

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。ので来てみてください。
1時間500円ですが、65歳以上の方はシニア料金3時間500円です。
健康マージャンとともに、介護予防プログラムとして行っています。

🍋レモンの学校(木)🍋

10:00~13:00 参加費 500円
体育(体操やお散歩)と音楽、社会、美術などを楽しく学び合います。また、給食(ランチ・別料金)もあります。(介護予防プログラム)
くつろぎヨガ(第3木曜日)
13:00~14:00 参加費:500円
ご高齢の方も、ヨガをやったことのない方もその人のペースでできるヨガです。

養子縁組という家族のかたち vol.3

~里親さんのお話~
10/18(月)10:30~12:00
お話 浅賀 明日香様
浅賀さんは「養子縁組」という、まだ日本にはなじみのないかたちを選択して、現在子育てされている方です。毎回実体験からくる貴重なお話を聞くことができます。初めての方も気軽にいらしてください。
*お飲み物の注文をお願いいたします。