

よこはま餃子を食べたい方は フラットマーケットへ



皮から手作り、地場野菜を使った
モチモチ、ジューシーの手作り
「よこはま餃子」です。
一度食べた人はやみつきに。焼き
餃子でも水餃子でも、美味しいと
大好評です。

ニンニクは入っていないので臭いは気になりません。
ぜひ食べてみたい方は「フラットマーケット」へお越しください。
時間のない方にはお持ち帰り用の餃子もあります。

フラットマーケット

5/13 開催!!

毎月第2土曜日(変更あり) 11:00~14:00
気楽にふらっと来て、一緒にご飯を食べたり、おしゃべりしましょう。
フリマやハンドメイドの商品の販売もあります。

食 事 よこはま餃子・キーマカレー・おにぎり
シフォンケーキ・パン等 お持ち帰りも OK
販売等 ニット小物・アクセサリ・食器・洋服・着物等

※出店希望の方はお問合せください。
※毎月第4金曜日(原則)ミニフラットマーケットも開催中!

フラットガーデン

flatgarden.yokohama@gmail.com

TEL/FAX 045-512-5649

(火・日を除く 10:00~15:00)



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

2023年5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 700円~



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

2023年5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	3 	4 	5 	6 みんなのあそび場 13:00~15:00 国際交流をしながら、ゲームやお絵描きを楽しみましょう	7
8 美子の部屋 「かたよりカフェ」 10:30~12:00 障害やこだわり(かたより)のこと、気軽にお話ししましょう!	9	10 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	11 レモンの学校 10:00~13:00 美術：中飯治子さん 参加費 500円  麻雀 はじめの一步 13:00~15:00 参加費 500円	12 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	13 フラットサイン 10:30~12:00 参加費 500円 フラットマーケット 11:00~14:00 	5月13日(土)は フラットマーケット! よこはま餃子やおにぎり、カレー、シフォンケーキなど。その場で食べたり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!
15 美子の部屋 10:30~12:00 気軽にお話ししましょう!	16	17 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	18 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) 自分らしい筆文字を教えてください、作品を仕上げます。  麻雀 はじめの一步 13:00~15:00 参加費 500円	19 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	20 スマホ・パソコンなんでも相談 参加費 500円 13:00~14:00	
22 美子の部屋 10:30~12:00 気軽にお話ししましょう オンライン美子の部屋 14:00~15:30	23	24 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	25 レモンの学校 11:00~12:00 参加費 500円 イスヨーガ  くつろぎヨーガ 13:00~14:30 参加費 1,000円 麻雀 はじめの一步 13:00~15:00 参加費 500円	26 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	27 イベントのためお休みします	28
29 美子の部屋 10:30~12:00 気軽にお話ししましょう!	30	31 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			5月26日(金)は ミニフラットマーケット! 餃子やおにぎり、お惣菜、シフォンケーキなど、その場で食べたり、持ち帰りもできます。	
美子の部屋 (月に1回はオンライン) 10:30~12:00(原則) 子どもや家族のこと、地域活動のことなど何でも、自由に話ができる場です。さらに、障害やこだわりのことなどを気軽に話せる「かたよりカフェ」も月1回開催しています(原則第1月曜日)。 家から遠くの方とも話せるオンラインもありますので、お問い合わせください。		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。		フラットサイン 手話でおしゃべりして、楽しい時間を過ごしませんか?参加費500円、ワンドリンクのオーダーをお願いします。 くつろぎヨーガ(第4木曜日) 13:00~14:30 参加費1,000円 ご高齢の方も、ヨーガをやったことのない方も、その人のペースでできるヨーガです。		レモンの学校(木) 10:00~15:00 参加費が1ドリンクオーダー 美術や音楽、みんなで餃子を作る家庭科などを楽しく学び合います。さらに、「筆文字講座」(別料金)や初心者でも楽しい「イスヨーガ」「麻雀 はじめの一步」も開催しています。週により内容がかわりますのでお問い合わせください。 介護予防プログラムとしても行っています。