

2019.1



くるみの木 NEWS LETTER

発行：テンミリオンハウスくるみの木/2018年12月25日発行



あけましておめでとうございます
平成最後のお正月ですね。
皆様にとって、良き一年と
なりますように…！！



おとその日

1月7日(月)
11:00~



みんなで新年をお祝いして
お正月遊びで
盛り上がりましょう♡

参加費：1000円
(ランチ代込みです)



「ちょこっと相談」 始めました。

1月12日(土)
10:00~11:30

生活上の心配ごとや困りごとなど、
相談スタッフが解決方法を一緒に考
えていきます。
どなたでも利用できます。
内容は問いません。

休館のお知らせ

12月29日(土)~1月6日(日)
年末年始のため
休館とさせていただきます

テンミリオンハウス事業 『地域の共助で、いつまでもいきいきと！』

地域の実情に応じた市民等の「共助」の仕組みに対して、武蔵野市が運営の補助・支援を
行う事業です。介護保険は使いません。
プログラム、日替りランチのご利用は、武蔵野市在住、概ね65歳以上の方が優先です。



くるみの木

NEWS LETTER

季節の献立

1月11日(金)
根菜の洋風おでん
リンゴと
セロリのサラダ

冬の根菜は体を暖めてくれます。
おでんにすると、たくさんいただけ
ますね。
リンゴとセロリのビタミンCは風
邪予防に役立ちます。

くるみガーデン便り



可愛らしいキンカ
ンがなりました。
ぜひ、見にいらし
てください。



かぶが大きくな
ってきましたよ。
そろそろランチ
に使えるかな

プログラム紹介 編み物講座

おうちに眠っている毛糸はありませんか？
好きな毛糸で好きな作品の作り方をていねいに優しく教えてくださいます。
残り糸もなんでも使えますよ！！

講師：紺野裕見子 先生 毎月 第1・3木曜日
10:00~11:30 月2回

★実施日は変更になる場合もあります。毎月のプログラムをご確認ください。



テンミリオンハウスくるみの木

〒180-0006 武蔵野市中町 3-25-17
TEL：0422-38-7552
FAX：0422-38-7556

E-mail：info@kuruminoki.donguri.jp
HP：http://kuruminoki.donguri.jp
Blog：http://blog.goo.ne.jp/kuruminoki.10
Facebook：https://www.facebook.com/kuruminoki10

★テンミリオンハウスくるみの木は、
NPO 法人ワークーズどんぐりが運営しています。

