

40歳を過ぎても集まれる場所が欲しい方、お待ちしております！

手作りの鍋料理を食べつつ、ざっくばらんにお話ししましょう！

よつば庵

よつば庵は40歳以上の生きづらさや困難を抱えた方がお互いの近況、趣味、生活、働くこと、困っていることなどを語り合う場です。

生活の中での悩みや仕事のことに限らず、同年代・同世代の方たちと自分たちのことについて気軽に話せる場が欲しい方、是非ご参加ください！



対象

- ・40歳以上の生きづらさや困難をかかえたご本人

内容

- ・調理日は、鍋等の料理を参加者で一緒に作り、食べつつ交流し、片付けます。
- ・調理なしの日は、食事を買うなどし、食べつつ交流します。食事なしも可です。

開催スケジュール

| | | |
|--------------|------|-------------|
| 4月2日(日) | 調理あり | 17:30~20:00 |
| 6月4日(日) | 調理なし | 16:30~18:30 |
| 8月6日(日) | 調理あり | 17:30~20:00 |
| 9月3日(日) | 調理なし | 16:30~18:30 |
| 11月5日(日) | 調理あり | 17:30~20:00 |
| 2024年1月7日(日) | 調理なし | 16:30~18:30 |
| 2024年2月4日(日) | 調理あり | 17:30~20:00 |

場所：茗荷谷クラブ 文京区小日向 4-5-8 三軒町ビル3階

費用：調理あり（食材費含む）1回 1200円（茗荷谷クラブメンバー、文京区民は1000円）

調理なし 1回 700円（茗荷谷クラブメンバー、文京区民は500円）

今年度のよつば庵は、調理を一部再開します。食材の事前準備もありますので、調理の日は事前申し込みいただくと助かります。食品等を個別に盛り付けるなど工夫して開催する予定です。アレルギーのある方は、できるだけ配慮いたします。調理から片付けまで参加者で行います。調理の有無で、開催時間、参加費が異なります。

メンバーの話し合いで外出する場合、時間を変更する場合があります。

～申し込み・お問い合わせ～

茗荷谷クラブ電話番号：03-3941-1613

メールアドレス：social.commitment@gmail.com

QRコード：

