

日	月	火	水	木	金	土
日替わりメニュー	1 三色丼 /我耕菴のそば レンタルスペース AM レンタルスペース PM レンタルスペース 夜間 さざれ会 (9:30~11:30) ほっとるーむ・ソアレ (17:00~21:00)	2 ごぼうたっぷり 鶏つくね	3 休業	4 休業	5 休業	6 休業
7 休業	8 鍋焼うどん /我耕菴のそば 絵手紙教室 (9:30~11:30) リフス*クラブ* (9:30~11:30)	9 2種のコロケ	10 ハンバーグ リフス*クラブ* (9:30~11:30)	11 ポテトグラタン ほっとるーむ (13:00~15:00)	12 豚すき焼き お仕事BAR (18:30~21:30)	13 休業 歌声・コンサート (pm) オープンマイク (15:00~)
14 休業	15 ハヤシライス /我耕菴のそば さざれ会 (9:30~11:30) なごみ亭 (18:00~21:00)	16 豆腐と鶏肉の チリソース煮 フラワーセラピー (9:30~11:30)	17 なの花薬局 コラボランチ	18 ビビンバ ボードゲーム (17:30~21:30)	19 ボンゴレ スパゲッティ	20 休業 震災チャリティーコンサート (17:00~)
21 休業	22 たけの子ご飯 /我耕菴のそば 絵手紙教室 (9:30~11:30) リフス*クラブ* (9:30~11:30)	23 とろろご飯	24 手羽元のサッパリ煮 リフス*クラブ* (9:30~11:30) (14:00~16:00) ていね夕暮れ なごみ場 (17:00~ 20:00)	25 ドライカレー	26 つみれ鍋 ニットカフェコロン (9:30~11:30) 落語独演会 18:30~	27 休業
28 休業	29 助六 /我耕菴のそば	30 つくね丼 (チーズ)	31 ぎょうざ定食			

	月	火	水	木	金	土
週	・ワコイカド : 14時~16時 ・さざれ会 (第1・3) ・絵手紙教室 (第2・4) ・手芸リフス*クラブ* (第2・4)	耳つぼジュエリー 14:00~16:00	・手芸リフス*クラブ* (第2・4)			
月	・ほっとるーむ・ソアレ ・なごみ亭	フラワーセラピー(第3)	ていね夕暮れなごみ場	ほっとるーむ ボードゲーム	・落語独演会 ・お仕事BAR	・コンサート(隔月) ・オープンマイク