

めめ 府中の地域食堂「meme 食堂」からのお誘い お昼ごはんを食べませんか？

～府中の地域食堂～ 始めます

どんな時でも、だれかが心を込めてつくった温かいごはんを食べたなら、ほっこりとして、元気がわいてきます。

— 手間をかけた調理が難しいご高齢世帯の人、仕事に追われる単身世帯の人、子育てに忙しい人、だれでも温かいごはんを食べてほっとできる「地域食堂」を府中につくろう。ひとりひとりができることを少しずつ持ち寄れば、心地良い交流の場がきっとできる—

実現へ向けて、メメ食堂は期間限定で全5回のトライアルを行っていきます。

※メメはフランス語で「おばあちゃん」の意味。ほっこりした優しい食堂を目指します。

お手伝い、食材のご寄付を募集しています。

● 詳しくは「メメ食堂HP」をご覧ください
<https://memeshokudou.jimdo.com/>

● お問い合わせ
E-mail : memeshokudou@gmail.com
電話 : 042-319-9703
府中市市民活動センタープラッツ
(担当 : 大迫)

● 会場のご案内 ●

所在地 :
東京都府中市宮町1丁目100番
ル・シーニュ6階 府中市市民活動センタープラッツ料理室

交通アクセス :
京王線府中駅から徒歩1分(駅直結)
JR南武線、武蔵野線府中本町駅から徒歩10分



前回の昼ごはん。秋鮭のマリネ、小松菜のくるみ和えなど。

第2回

開催日: 12月10日(日)

会場: 府中市市民活動センター
プラッツ 料理室

● お昼ごはん 11:30～14:00

ごはん代 500円 お子様用プレート 200円 (限定40食)

府中産野菜を使った栄養バランスが良いごはんを府中在住の料理研究家・池田康子さんのレシピをもとに地域の人手で作ります。今回は旬の「かぶ」をテーマにした1品もご提供します。

● カフェトーク 15:00～16:00

資料/コーヒー代 200円

居場所づくりを始めるきっかけは？ 続けるために必要なことは？ コーヒーを飲みながら気軽に話します。今回は府中市四谷にある「カフェ開」の塩飽さんをゲストにお招きします。

※どちらかだけの参加でも結構です。お申込み不要。直接会場へお越しください。

	お昼ごはん テーマ野菜	カフェトーク テーマとゲスト
第1回 11/16(木) ※終了しました	小松菜	「地域の居場所をつくるには」 ゲスト: 松木紀美子さん(みんなの縁側よろずやカフェ)
第2回 12/10(日)	かぶ	「“住み開き”で地域に居場所をつくる」 ゲスト: 塩飽隆典さん(カフェ開)
第3回 1/7(日)	大根	「広がれ! こどもの居場所」 ゲスト: 南澤かおりさん(こどもの居場所作り@府中)
第4回 1/25(木)	しいたけ	「ひとりひとりの出番がある場の作り方」 ゲスト: カフェといろいろ びより代表
第5回 2/25(日)	わけぎ	「メメ食堂まとめと振り返り」 メメ食堂スタッフが課題と展望をまとめます