

NPO法人

らくぜんくらぶ

楽膳倶楽部

食でつなぐ地域の絆

火曜のお昼
ほっとサロン



高齢者をはじめ地域の方と一緒に会食しています
栄養満点『らくぜん弁当』も販売しています

第1,第4火曜
男性料理教室

包丁を持つのが怖い…大丈夫！
そんな方こそぜひご参加ください！
調理のあとは会食をして
交流を深めています



火曜日曜
相談情報ひろば

俳句の会、歌の会、シャンソン
を開催しています
ちょっと誰かとおしゃべりしたい
心配事を聞いてほしい…など
どなたでも気軽に参加できます

土曜のお昼
らくぜん
親子カフェ



少なめのこどもランチセットもご用意！
週替わりのメニューはボリューム満点♪

第一日曜
らくぜん
子ども食堂



テイクアウトのお弁当販売
寄付食品の無料配布も
行っています

木曜の夕方
みんなで晩ごはん

子どもからシニアの方まで
みんなで一緒にいただきます！
安心できる夜の居場所です



場所: 楽膳倶楽部 旭町ハウス
練馬区旭町1-31-4

お問い合わせ: NPO法人楽膳倶楽部

TEL: 03-6915-6300

MAIL: rakuzen@tokyo.nifty.jp

ホームページには
たくさんのレシピも
載ってます！



日々の活動、最新情報は
SNSをチェック！



@rakuzen_kurabu