

認定NPO法人じゃんけんぽん カフェ通信

近隣大家族

No one is alone here!! ~ここに孤独な人はなし~

~近隣大家族は、だれでもいつでも気軽に過ごせるみんなの居場所 この街で自分らしく生き抜くために~

~ご挨拶~ 今年もあとわずかですね...2025年、じゃんけんぽんに関わってくださったすべての方々に感謝いたします。来年も皆さんと一緒に一歩ずつ歩んで参りたいと思います。

実践発表会ありがとうございました



11月15日に実践発表会が行われ、240名もの方々が足をお運び下さいました。毎年楽しみにしていると言う方々もいらっしゃる本当にありがたいことです。来場された皆様からは「パワーをもらいました」「感動しました」等... 様々な嬉しいメッセージをお寄せいただき、とても励みとなっております。

2026年もどうぞよろしくお願いいたします m(__)m

イオン・幸せの黄色いレシートキャンペーン

ぜひご協力お願い致します。毎月11日はイオンでお買い物! 黄色いレシートをイオン店内設置の「じゃんけんぽん」の箱へ投函して下さい!

毎月11日

ボランティア募集中! あなたの力が大切です

お気軽にお問い合わせください。TEL:027-350-3191



2025年度開講情報です くわしくはホームページをご覧ください。

電話:027-350-3191(担当:吉川)

介護職員初任者研修

受講料 59,000円(送料代込) 全22日間

第2期 9/10・12・17・24・26・10/1・3・10・15・22・29・11/7・12・14・19・26・28・12/5・10 実習:19・24
2026年 第3期 1/23・26・28・30・2/2・4・6・9・13・16・18・20・25・27・3/4・6・9・11・13 実習:23・25



第181号 2025年12月1日

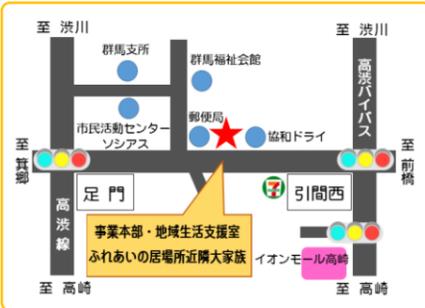
発行/認定NPO法人じゃんけんぽん カフェ通信編集室

TEL:027-350-3191

〒370-3521 高崎市棟高町954-8

e-mail: kinrin@jankenpon.jp

~カフェ定休日:土・日~



日替わりランチ

12:00~13:00(売り切れ御免)



600円

- 子どもランチ(中学生以下) ... 250円
 - こども支援募金 ... 1口300円
- こどもの食事などを応援する募金です。

ご協力よろしくお願いいたします。

- コーヒー ... 250円
- ホットケーキ ... 200円
- 焼きプリンタルト ... 150円
- パニラアイス ... 100円

※お茶はセルフサービス(無料)

お得なチケット

ランチチケット4枚+コーヒー券1枚⇒2,400円

コーヒーチケット5枚+コーヒー券1枚⇒1250円

《愛情こもってます》

日替わりランチ



12月のメニュー

月	火	水	木	金
1 豆腐ハンバーグ けんちん汁・がんもの煮物 カニカマサラダ・辛子和え	2 手作りしゅうまい 竹輪の煮物 わかめサラダ・梅マヨ和え	3 肉じゃが 昆布煮・中華和え ツナサラダ	4 鶏もものネギみそ焼き ひじき煮・中華サラダ 粒マスタード和え	5 うどん・天ぷら 大根のカニ風味あんかけ 甘酢生姜和え
8 タラのトマトソース 厚揚げの味噌田楽 さつま芋りんごサラダ・昆布和え	9 肉豆腐 和風パスタ 野菜サラダ・梅和え	10 焼きそば・いなり寿司 しゅうまい・わさび和え フレンチサラダ	11 ほっけの塩焼き さつま揚げの煮物 パンパンジーサラダ・生姜醤油和え	12 豚肉の生姜焼き 春巻・お浸し 白菜サラダ
15 甘辛メンチカツ 炒り豆腐 中華サラダ・おかつ和え	16 手作りカニ玉 里芋煮・お浸し ごまドレサラダ	17 うどん・天ぷら ふろふき大根 塩キャベツ	18 ハヤシライス オムレツ・漬け物 スパサラ・中華和え	19 ヒレカツ がんもの煮物 コールスロー・ごま和え
22 ミックスフライ 五目巾着の煮物 白菜サラダ・ポン酢和え	23 カレーライス オムレツ・福神漬け コールスロー・昆布和え	24 肉団子ホワイトシチュー ナポリタン わかめサラダ・ごま味噌和え	25 チキントマト煮・クリームスープ バター炒め・ピーナッツ和え 野菜サラダ・デザート	26 アジの塩焼き 厚揚げの味噌田楽 ごぼうサラダ・塩キャベツ

★栄養ひとロメモ★ インフルエンザが流行しています。免疫力を高めてくれる生姜やニンニク、根菜類等を積極的に食べて身体を温めながら、体調管理に気を付け過ごしましょう。

年末年始のお休みは12/27(土)~1/4(日)です。来年は5日(月)からとなります。

《地域を見守るじゃんけんぽんの配食サービス》 配達日は月~金行きます。ランチと同じメニューです

こころまち弁当のご案内

昼夕配食

料金:1食 780円 配達エリア:旧群馬町エリア/旧箕郷町エリア

※市の補助弁当も行っています。本人負担350円

【お問合せ】認定NPO法人じゃんけんぽん事務局 ☎: 027-350-3191

じゃんけんぽんの助け合い活動

いつかは私も助けてもらおうかも...でも今は出来ることを誰かのために...そんな方は非助け合い活動にご参加下さい!待っています。

ちょっとしたお困りごと・お願いごと・タダ(無料)では頼みにくいことを「お互いに助け合う」活動です。

困ったなあ!助けてほしい!!
誰か助けてくれないかしら!!
どうしたらいいのかしら??

私も何かしてあげられる!!
何か人の役に立ちたい!!
困ったときはおたがいさまで!!



会員登録 1日1日何かのご縁で出会いがあり助け合いがあることにちなんで...
一般会員:5円(縁)×30日×12か月=1,800円(1年間) ※詳しい資料・説明は事務局までお問合せください。

《賛助金のお願い》

~じゃんけんぽんの活動賛同者として賛助金の寄付のお願い~
当法人は地域課題の解決に向けた活動を行うため、皆さまの貴重なご寄付を頂いております。地域に寄り添い変化していく法人であるよう頑張りますので今後も認定NPO法人じゃんけんぽんにご寄付頂けます様宜しくお願い致します。

1口:3,000円~(申込書は近隣大家族にて)

《賛助して頂いた方へ特典》
ご寄付いただいたから1年間、毎月発行のカフェ通信をご自宅まで郵送いたします。

~2025年11月度 賛助金寄付 2名~
賛助会員になって頂きましてありがとうございます。引き続き当法人を宜しくお願い致します。

インターネットからのご寄附はこちらから



