

2023年 1月 プログラム 街かどデイハウス” ひまわり粟生”

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
		<p>あけましておめでとうございます。 昨年は、漢字一文字で世相を表す漢字は「戦」が選ばれました。ロシアのウクライナ侵略などの反映でしょうか。今年こそはコロナが終息し平和な世であって欲しいものです。2023年の世相を表す漢字は「楽」「夢」などであればと願うばかりです。</p>			終日健康麻雀 大正琴 お正月料理 お楽しみに	休
8	9	10	11	12	13	14
休		pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 七草粥 美味しいおかず	①男性終日麻雀 ②女性終日麻雀 七草粥 美味しいおかず	終日健康麻雀 am健康麻雀 pm健康麻雀 七草粥 美味しいおかず	休
15	16	17	18	19	20	21
休	A 終日健康麻雀 B am健康麻雀 C pm麻雀教室 胡麻ミルクスープパスタ 洋風なます	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 卓球 pm運動教室 天ぷら 高野豆腐の肉詰め	①男性終日麻雀 ②女性終日麻雀 和風ハンバーグ 茹で卵のナムル	終日健康麻雀 大正琴自主練 豆腐の海鮮あんかけ じゃが芋のみそ炒め	休
22	23	24	25	26	27	28
休	A 終日健康麻雀 B pm健康麻雀 C am麻雀教室 挽肉と豆腐蒸し 春菊とわかめ和え	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 お好み焼き カブとリンゴのサラダ	①男性終日麻雀 ②女性終日麻雀 肉巻ポテトのBBQソース サラダ	終日健康麻雀 am健康麻雀 pm健康麻雀 ミルフィーユカツ ゆずと大根の酢の物	休
29	30	31	<p>みんなが生きていてよかったと思える世の中に 変えていきたい。簡単には実現しないでしょう。 でも、希望を持たないのは怠惰です。 私が好きなノンフェクション作家 澤地久枝さんの言葉です。 「自分も戦争で死ななければいけない」と思い 込んだおのれの「無知」を恥じることから始めた といいます。</p>			

月曜日		木曜日	
A	終日健康麻雀	①	男性終日麻雀
B	半日健康麻雀	②	女性終日麻雀
C	半日麻雀教室	③	

●メニューは変更することがあります
 ☎ 729-7553