

2023年10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
休	A 終日健康麻雀 B am健康麻雀 C pm健康麻雀 豚こまのポークチャップ 小鉢二種	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 pm卓球 ハンバーグ 小鉢二種	①終日麻雀D ②終日麻雀E 中華炒め 小鉢二種	終日健康麻雀 大正琴 豚しゃぶサンド ミネストローネ	休
8	9	10	11	12	13	14
休	 スポーツの日	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 ちらし寿司 小鉢二種	①終日麻雀D ②終日麻雀E ネギ塩チキン 長芋のゆかり和え	終日健康麻雀 am健康麻雀 C pm健康麻雀 イカと蓮根の焼売 小鉢二種	休
15	16	17	18	19	20	21
休	A 終日健康麻雀 B pm健康麻雀 C am健康麻雀 れんこんつくね 小鉢二種	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 pm卓球 こしょう豚のかぼちゃ煮 小鉢二種	①終日麻雀D ②終日麻雀E 白菜のお好み焼き わかめときのこの和え物	終日健康麻雀 am健康麻雀 C pm健康麻雀 鶏肉とズッキーニの梅炒め 小鉢二種	休
22	23	24	25	26	27	28
休	A 終日健康麻雀 B am健康麻雀 C pm健康麻雀 もやし春雨 キャベツサラダ	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 キャベツの皮焼売 小鉢二種	①終日麻雀D ②終日麻雀E ささみの唐揚げ 酢の物	終日健康麻雀 am健康麻雀 C pm健康麻雀 麻婆ナス 小鉢二種	休
29	30	31	<p>10月＝神無月</p>  <p>10月になると全国の神々が出雲大社に会議に出かけ各地の神社は神様が不在となりました。そこで10月を神無月（かなづき）といわれました。反対に出雲の国には、全国各地から神々が集まり出雲では10月は神在月（かみありつき）と言われたそうです。はるか昔から神様も全国規模で会議をしたようです。</p>			
休	A 終日健康麻雀 B pm健康麻雀 C am健康麻雀 お好み焼き風焼うどん 小鉢二種	pm運動教室				

月曜日		木曜日	
A	終日健康麻雀	①	終日麻雀 D
B	pm健康麻雀	②	終日麻雀 E
C	pm麻雀教室		

●メニューは変更することがあります
☎ 729-7553