

2023年12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
		<p>あつという間にカレンダーは最後の1枚になりました。 二十四節気(にじゅうせつき)は、今でも立春、春分、夏至など、季節を表すことばとして今でも用いられています。 ちなみに、冬を表すことばとして「小雪 しょうせつ11/22頃」「大雪 たいせつ12/7頃」「冬至 とうじ12/7頃」と続きます。 そして1月には「小寒」「大寒」となります。いずれも寒そうな言葉でも、何か身がひきしまるようでもあります。 これから寒い日が続きます。体調を崩さぬように年末・年始、お過ごしください。</p>			1	2
					終日健康麻雀 大正琴 簡単ちらし寿司 小鉢2種	休
3	4	5	6	7	8	9
休	A 終日健康麻雀 B am健康麻雀 C pm健康麻雀 肉じゃが 小鉢2種	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 pm卓球 肉巻 小鉢2種	①終日麻雀D ②終日麻雀E 春巻き 小鉢2種	終日健康麻雀 am健康麻雀 C pm健康麻雀 枝豆と人参の豆腐つくね 小鉢2種	休
10	11	12	13	14	15	16
休	A 終日健康麻雀 B pm健康麻雀 C am健康麻雀 薩摩芋のカレーそぼろ煮 小鉢2種	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 魚フライ 小鉢2種	①終日麻雀D ②終日麻雀E チキンミートローフ 小鉢2種	終日健康麻雀 am健康麻雀 C pm健康麻雀 大根と挽肉の卵焼き 小鉢2種	休
17	18	19	20	21	22	23
休	A 終日健康麻雀 B am健康麻雀 C pm健康麻雀 	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 pm卓球 	①終日麻雀D ②終日麻雀E 	終日健康麻雀 am健康麻雀 C pm健康麻雀 	休
24/31	25	26	27	28	29	30
休	A 終日健康麻雀 B pm健康麻雀 C am健康麻雀 鶏肉のパリパリ焼き 小鉢2種	休	編み物 pm健康麻雀 ハンバーグ 小鉢2種	①終日麻雀D ②終日麻雀E 大根と豚肉の煮物 小鉢2種	今年も無事に終了することができました。 来年も、みなさんにとって良い年でありますように。 年明けは1/5(金)からです。 	

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