

2025年9月 プログラム “街かどデイハウス” ひまわり栗生”

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	A 終日健康麻雀 B pm健康麻雀 C am健康麻雀 中華炒め 小鉢2種	pm運動教室	写経 編み物 卓球 白い麻婆豆腐 小鉢2種	終日麻雀 am麻雀 pm麻雀 夏野菜カレー 小鉢2種	大正琴 終日健康麻雀 今日は終日麻雀のみ 焼うどん 小鉢2種	休
7	8	9	10	11	12	13
休	終日健康麻雀 B am健康麻雀 C pm健康麻雀 茄子の肉巻き 小鉢2種	pm運動教室	写経 編み物 トロ旨大根 小鉢2種	終日麻雀 am麻雀 pm麻雀 串カツ 小鉢2種	終日健康麻雀 am健康麻雀 pm健康麻雀 春巻き 小鉢2種	休
14	15	16	17	18	19	20
休		pm運動教室	写経 編み物 卓球 餃子 小鉢2種	終日麻雀 am麻雀 pm麻雀 野菜の煮物 小鉢2種	終日健康麻雀 am健康麻雀 pm健康麻雀 鶏肉のさっぱり煮 小鉢2種	休
21	22	23	24	25	26	27
休	A 終日健康麻雀 B pm健康麻雀 C am健康麻雀 ハンバーグ 小鉢2種	秋分の日	編み物 もやしと豚のとん平焼き 小鉢2種	終日麻雀 am麻雀 pm麻雀 豚平焼き 小鉢2種	終日健康麻雀 am健康麻雀 pm健康麻雀 豚バラ大根 小鉢2種	休
28	29	30	 「暑すぎる夏No2」 「暑さ、寒さも彼岸まで」という、言葉は今昔の言葉でしょうか。今年はお彼岸どころか9月の声を聞いてもなお、暑い日が続きます。6月から暑さですから、心も体もまいってしまいます。 1人1人が努力して環境に配慮した生活をするレベルではもうこの気候危機には追い付かないそうです。それでも何もしないよりマシかと思っても エアコンなしの生活は今や考えられず、今日もエアコンガングンの1日です。			
休	終日健康麻雀 B am健康麻雀 C pm健康麻雀 ドライカレー 小鉢2種	pm運動教室				

月曜日		木曜日	
A	終日健康麻雀		終日 麻雀
B	pm健康麻雀		午前 麻雀
C	pm麻雀教室		午後 麻雀

●メニューは変更することがあります

☎ 729-7553