

2026年2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	7
休	A 終日健康麻雀 B pm健康麻雀 C am健康麻雀 豚バラ大根 小鉢2種	pm運動教室	編み物 写経 pm健康麻雀 pm卓球 玉ねぎ入り豚ごま天 小鉢2種	D 終日健康麻雀 am健康麻雀 pm健康麻雀 クリームシチュー 小鉢2種	大正琴 本日は終日麻雀のみ 白菜のうま煮 小鉢2種	休
8	9	10	11	12	13	14
休	A 終日健康麻雀 B am健康麻雀 C pm健康麻雀 麻婆天津飯 小鉢2種	pm運動教室	建国記念の日 	D 終日健康麻雀 am健康麻雀 pm健康麻雀 いなり寿司 小鉢2種	終日健康麻雀 am健康麻雀 pm健康麻雀 豚バラ大根と蒟蒻炒め 小鉢2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 油揚げのかば焼き 小鉢2種	pm運動教室	編み物 am初心者麻雀教室 pm健康麻雀 pm卓球 麻婆豆腐 小鉢2種	D 終日健康麻雀 am健康麻雀 pm健康麻雀 ササミカツタルタル 小鉢2種	終日健康麻雀 am健康麻雀 pm健康麻雀 キャベツシューマイ 小鉢2種	休
22	23	24	25	26	27	28
休	天皇誕生日 	pm運動教室	編み物 am初心者麻雀教室 pm健康麻雀 肉じゃが 小鉢2種	D 終日健康麻雀 am健康麻雀 pm健康麻雀 オムレツ 小鉢2種	終日健康麻雀 am健康麻雀 pm健康麻雀 カニカマクリームコロッケ 小鉢2種	休



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。

これはノンフィクション作家の沢地久枝さんの言葉です。
今の時代に最もふさわしい言葉ではないでしょうか。世界のそこ
ここで戦争や争いが起こり、大国アメリカの目をおおいたくなるよ
うな傍若無人なふるまいに物言わぬ日本。今こそ生きていてよか
ったと思える世の中に変えるため手をつなぎ希望を語りましょう。

	月曜日		木曜日
A	終日健康麻雀	①	麻雀 D
B	健康麻雀	②	健康麻雀
C	麻雀教室	③	健康麻雀

●メニューは変更することがあります
☎ 729-7553