

2019年 11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
		<p>10月から消費税が10%に増税されました。 みなさん、暮らし向きはいかがですか。 現在のところ食品が8%に据え置かれるなど 痛みがわかりにくくされていますが、これから じわじわと家計に響いてくると思われます。 社会保障のためといわれ消費税が導入されて 31年、年金は減る一方で、介護保険料や、 医療費の窓口負担の増加が予定されています。 格差と貧困に追い打ちをかける消費税増税、許せませんね。</p>			1	2
					終日健康麻雀 am健康麻雀 pm健康麻雀 大正琴 炊き込みご飯 大根の酢の物	休
3	4	5	6	7	8	9
休	文化の日の振替休日	休	編み物 pm卓球 運動教室 鮭のチャンチャン焼き じゃがいもモチ	健康麻雀1 健康麻雀2 pm健康麻雀 運動教室 鱈の唐揚げ ポテトサラダ	終日健康麻雀 am健康麻雀 pm健康麻雀 p.m.カラオケ 肉だんごのトマト煮 インゲンのガーリックサラダ	休
10	11	12	13	14	15	16
休	健康麻雀 am麻雀初心者教室 pm麻雀初心者教室 pm健康麻雀 ロールキャベツ きんぴらごぼう	休	編み物 運動教室 ポークチャップ 人参のラペ	健康麻雀1 健康麻雀2 amアロマ体験会 pm健康麻雀 きんぴらつくね キャベツなます	終日健康麻雀 am健康麻雀 pm健康麻雀 焼き飯 白菜のクリーム煮	休
17	18	19	20	21	22	23
休	健康麻雀 am麻雀初心者教室 pm麻雀初心者教室 pm健康麻雀 煮魚 青菜和え物	休	編み物 運動教室 pm卓球 うす揚げと豚肉のマキマキ うの花	✿お誕生会 健康麻雀1 健康麻雀2 pm健康麻雀 お誕生日メニュー	終日健康麻雀 am健康麻雀 pm健康麻雀 p.m.カラオケ 根菜と挽肉のカレー カニカマのサラダ	休
24	25	26	27	28	29	30
	健康麻雀 am麻雀初心者教室 pm麻雀初心者教室 pm健康麻雀 てんぷら 酢のもの	休	編み物 里芋入り煮込みつくね 白菜のすだち風味	健康麻雀1・2 pm健康麻雀 運動教室 豚肉の味噌炒め かぼちゃ煮	終日健康麻雀 am健康麻雀 pm健康麻雀 豚肉のオーロラソース 中華風春雨	

○メニューは変更することがあります。

○ひまわり栗生 ☎729-7553