

2021年 11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
	A 終日健康麻雀 B 健康麻雀(am) C 麻雀教室(pm)  おいなりさん 里芋の煮ころがし	p m 運動教室	文化の日 休み 	①男性終日麻雀 ②女性終日麻雀  つくね 長芋のゆかり漬け	終日健康麻雀 am麻雀教室 C麻雀教室(pm)  蓮根と鶏のクリーム煮 焼き椎茸とインゲンのぬた	休
7	8	9	10	11	12	13
休	A 終日健康麻雀 B 健康麻雀(pm) C 麻雀教室(am)  牛蒡入りメンチカツ ゆで卵の蓮根餡	p m 運動教室	編み物 pm健康麻雀  豚肉と白菜のとろたま煮 酢のもの	①男性終日麻雀 ②女性終日麻雀  豚肉ともやしとうまみ煮 ちくわとかいわれの和え物	終日健康麻雀 大正琴  ちらし寿司 かき揚げ	休
14	15	16	17	18	19	20
休	A 終日健康麻雀 B 健康麻雀(am) C 麻雀教室(pm)  じゃが芋と豚肉のソテー 長芋の青じそ春巻き	p m 運動教室	編み物 pm健康麻雀 pm卓球  魚のピリッとジャン チジミ	①男性終日麻雀 ②女性終日麻雀  鮭のホイル焼き 白菜のチャウダー	終日健康麻雀 大正琴自主練  カツとじ サラダ	休
21	22	23	24	25	26	27
休	A 終日健康麻雀 B 健康麻雀(pm) C 麻雀教室(am)  舞茸そぼろごはん 南京とナッツのホットサラダ	勤労感謝の日 休	編み物 pm健康麻雀  コーンのさつま揚げ風 サラダ	①男性終日麻雀 ②女性終日麻雀  白菜と葱の餡かけ焼きそば 焼きかぶ柚子胡椒だれ	終日健康麻雀 am麻雀教室 C麻雀教室(pm)  豆腐のあんかけ おひたし	休
28	29	30	 <p>2021年も11・12月のみとなりました。                      今年は昨年に続きコロナに明けくれた1年でした。                      同時に気候危機による温暖化が心配されました。                      各地で豪雨や猛暑など異常気象にみまわれました。                      国連気候変動に関する政府間パネル（IPCC）は「人間の影響が温暖化させてきたのはもはや疑う余地はない」としました。「気候危機打開の主人公は、私たち自身」同時に政治の責任で「脱炭素」に舵を切る。気候危機打開は急務です。</p>			
休	A 終日健康麻雀 B 健康麻雀(am) C 麻雀教室(pm)  グラタン サラダ	p m 運動教室				

	月曜日	木曜日
A	終日健康麻雀	①男性終日麻雀
B	健康麻雀	②女性終日麻雀
C	麻雀教室	

●メニューは変更することがあります  
☎ 729-2533