



つどい通信

12月の活動報告

新しい年の始まりです。皆さんの願い事は何ですか？私は毎日楽しく健康にです。今年も一杯皆さんと一緒に楽しい事をして笑って過ごしたいと思います。宜しくお願い致します。



年末の行事を楽しんでいます

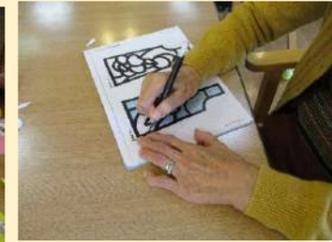


暖かい日のコマ



午後はおやつ作りやゲームで...

切って貼って何が出来るかな？



【空き情報】

12月21日現在

月	火	水	木	金	土
△	△	△	△	○	○

お気軽にお問い合わせくださいね！

○ご利用お待ちしております △ご相談ください

担当 和久田/長谷川

☎411-0017

1月のおひるごはん



今日のご飯は何だろうな？

1 日	お休み
2 月	お休み
3 火	お休み
4 水	天井(きす・茄子・南瓜)・金時煮豆・汁物・果物
5 木	御飯・白身魚の薬味醤油・じゃが芋のそぼろ煮・酢の物・汁物・果物
6 金	あったかうどん・かにシューマイ・ビーンズサラダ・デザートムース・わかめ御飯
7 土	御飯・ふわふわ真丈・牛蒡とひじきの煮物・ゆかり和え・汁物・果物
8 日	お休み
9 月	かに玉丼・かわり金平・汁物・果物
10 火	御飯・白身魚のフライ・カブの煮物・小松菜のおろし和え・汁物・果物
11 水	釜飯風丼・ピーナッツ和え・汁物・フルーツポンチ
12 木	御飯・魚のムニエル・大根のべっこう煮・ゆかり和え・汁物・果物
13 金	ソフト麺ミートソース・ポテトサラダ・汁物・果物・菜飯
14 土	御飯・ひき肉の菊花蒸し・キャバツの酢の物・ビーフンのカレー炒め・汁物・果物
15 日	お休み
16 月	御飯・炊き合わせ・カッターチーズサラダ・野菜のわさび和え・汁物・果物
17 火	さくらご飯・海老フライとコロケ・里芋の煮物・白いんげん豆煮・汁物・果物
18 水	御飯・赤魚の煮付け・青梗菜のナムル・さつま芋のレモン煮・汁物・果物
19 木	にゅーめん・豚肉と大根の煮物・白和え・果物・ゆかり御飯
20 金	御飯・カレーの照り焼き・南瓜とチーズの胡麻和えサラダ・ピーナッツ和え・汁物・果物
21 土	御飯・和風おろしハンバーグ・胡麻和え・南瓜の煮物・汁物・果物
22 日	お休み
23 月	御飯・麻婆豆腐・かにシューマイ・汁物・果物
24 火	三色丼(ひき肉・錦糸玉子・法蓮草)・金時煮豆・汁物・果物
25 水	御飯・肉団子の中華風旨煮・ポテトサラダ・汁物・果物
26 木	にぎり寿司・牛蒡とひじきの煮物・汁物・果物
27 金	御飯・ぶり大根の煮物・胡麻和え・汁物・フルーツポンチ
28 土	御飯・カレーのおろし煮・ピーナッツ和え・汁物・果物
29 日	お休み
30 月	カレーライス・野菜の胡麻じゃこサラダ・福神漬・ラッキョウ・果物
31 火	御飯・星のコロケ・コーンコロケ・トマトとワカメの中華サラダ・汁物・果物



1月のカレンダー

おやつは何だろうな？



【1月イベントスケジュール】



・手作りおやつ

7日(土)・10日(火)・13日(金)

18日(水)・19日(木)・23日(月)

・体重測定週間 4日(水)～10日(火)

・床屋(月5回)

6日(金)・9日(月)・17日(火)

・カレンダー製作 16日(月)～21日(土)

19日(木)・25日(水)

※感染状況により中止の場合があります

・カラオケ週間 2日(金)～8日(木)・16日(金)～22日(木)・30日(金)・31日(土)

