

2025年



月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
			お休み		お休み	
6	7	8	9	10	11	12
きのこスープ	カレー南蛮	いとこ汁	豚汁	ミネストローネ		
				1月生まれ お誕生会		
ゆるっとヨガ1/9申込	笑いヨガ1/14申込	習字教室1/15申込		ブレイン体操1/17申込 フラダンス1/17申込		お休み
		10:30~11:00 写真同好会	10:00~11:00 ゆるっとヨガ	11:00~12:30 健康相談 (管理栄養士)		
14:00~15:00 太極拳		14:00~15:00 手芸教室		13:00~15:00 初心者麻雀教室	12:00~16:00 ふれあい麻雀	
13	14	15	16	17	18	19
	クリームスープ	豚汁	ポトフ	中華玉子スープ		
	太極拳1/20申込 歌声サロン1/21申込		セミナー1/23申込			お休み
		10:00~11:00 習字教室	15:00~ フードバンク	10:00~11:00 ブレイン体操		
	14:00~15:00 笑いヨガ	14:00~15:30 囲碁・将棋		11:00~12:30 健康相談 (看護師)	12:00~16:00 ふれあい麻雀	
20	21	22	23	24	25	26
けんちん汁	豚汁	五目中華スープ	さつまい	カレー南蛮	13:00~16:00	
太極拳1/27申込						お休み
		10:00~11:00 スマホ教室		11:00~12:30 健康相談 (薬剤師)	オレンジ まるだい相談	
14:00~15:00 太極拳	14:00~15:00 歌声サロン	14:00~15:00 スマホ教室	14:00~15:00 わくわくセミナー	13:00~15:00 初心者麻雀教室	13:30~14:30 脳トレ学校	
27	28	29	30	31		
参鶏湯風スープ	ミネストローネ	クリームスープ	とろろ汁	きのこ味噌汁		
太極拳2/3申込			リトミック2/6申込	ブレイン体操2/7申込 フラダンス2/7申込		
14:00~15:00 太極拳	14:00~15:00 民謡を楽しむ会					



月~金 10時~16時 コーヒー 110円

11時30分~13時 20食限定

日替わりおむすび・スープセット 330円

季節の野菜、根菜たっぷり。お肉などのタンパク質も！

ヨロシク♪まるだい ☎ 0466-28-4649