

まるだい行事カレンダー 1月



2023年

月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7
			カレー南蛮	五目中華スープ	
			健康体操1/12申込	ゆるっとヨガ1/13申込	ふれあい麻雀1/14申込
			昭和歌謡1/10申込	初心者麻雀1/13申込	
				11:00~12:30 健康相談(看護師)	
				14:00~15:00 フラダンス	12:00~16:00 ふれあい麻雀
9	10	11	12	13	14
	キャベツ豚汁	雑煮	白菜と鶏団子スープ	さつまい	
	太極拳1/16申込	習字教室1/18申込	セミナー1/19申込	フラダンス1/20申込	ふれあい麻雀1/21申込
		囲碁・将棋1/18申込			
		10:30~11:30 写真同好会	10:00~11:00 健康体操	10:00~11:00 ゆるっとヨガ	
	14:00~15:00 昭和歌謡を楽しもう			13:30~15:00 初心者麻雀教室	12:00~16:00 ふれあい麻雀
16	17	18	19	20	21
ポトフ	きのこスープ	おかめ汁	豚汁	鶏肉団子スープ	
太極拳1/23申込			健康体操1/26申込	初心者麻雀1/27申込	
		10:00~11:00 習字教室		11:00~12:00 健康相談(保健師)	
14:00~15:00 太極拳		14:00~15:30 囲碁・将棋		14:00~15:00 フラダンス	12:00~16:00 ふれあい麻雀
23	24	25	26	27	28
けんちん汁	カレー南蛮	牛トマト スペシャルスープ	さつまい	豚汁	ふれあい麻雀2/4申込
太極拳1/30申込				フラダンス2/3申込	13:00~16:00
		10:00~11:00 スマホ教室	10:00~11:00 健康体操	11:00~12:30 健康相談(薬剤師)	オレンジ まるだい相談
				10:00~11:00 ゆるっとヨガ	
14:00~15:00 太極拳	14:00~15:00 民謡を楽しむ会	14:00~15:00 スマホ教室	 14:00~15:30 わくわくセミナー	13:30~15:00 初心者麻雀教室	13:30~14:30 脳トレ学校
30	31				
きのこスープ	ホワイトシチュー				
太極拳2/6申込					
14:00~15:00 太極拳					

※みまもり食堂を再開いたしました(11:30~13:00)

※テイクアウトは終了し、店内でのお食事のみとなります

※入店する際はマスクの着用、手洗い、入店票の記入と検温をお願いします。

※発熱や風邪症状、倦怠感等の症状がある方は入店をお断りいたします。

※各種イベント等は事前申込制とし12名程度で実施します。

ヨロシク♪まるだい ☎ 0466-28-4649