

月刊 つきみじ

自力通所が可能で、身の回りのことが自分で出来る
市内在住の65歳以上の方優先の施設です。

2 月号

朗読会

ししおど

「鹿踊りのはじまり」

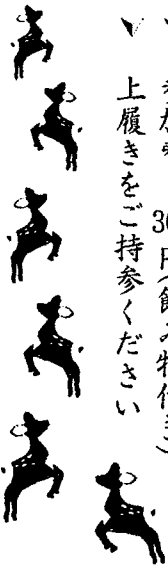
作・宮沢賢治

朗読・路吉徳

2月2日(月) 14時～15時

参加費・300円(飲み物付き)

上履きをご持参ください



【お申し込みは、電話またはスタッフまで】

花かごコースター作り

日時:

1回目:2月13日(金) 13:30～15:00

2回目:2月17日(火) 13:30～15:00

*2回とも参加できることが望ましいです。

教えてくださる方:小峰ヒデ子さん

持ち物:7号かぎ針(ない方はご相談ください)

参加費:300円

定員:8名



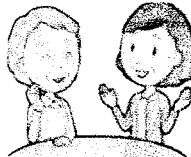
▶お申し込みは、電話またはスタッフまで

談話スペース

13時～16時

飲み物とおやつもあります。

(15:30ラストオーダー)



イベントの予告

月見路春の作品展

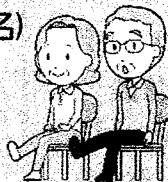
3月9日(月)～19日(木)

ビデオ体操体験会

2月14日(土)、28日(土)

11:30～12:20(定員6名)

椅子に座ってできる体操です。
筋力の低下が気になる方、
気軽に体験してみませんか?



おもちゃ病院受付

2月21日(土)

13:30～15:00

*電話でご予約をお願いします。

*修理は無料ですが、部品代がかかることがあります。

*詳しくはお問合せ下さい。



テンミリオンハウス 月見路

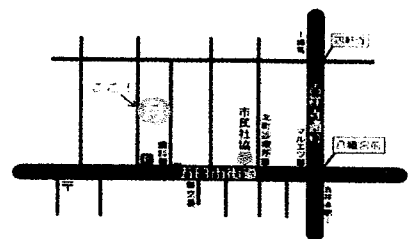
利用時間:月～土午前 10時～午後 4時
(日曜・祝日を除く)

Tel/Fax: 0422-20-8398

*ランチ・講座・体操は予約制となっています。

*お越しの際はマスク着用の上、室内履き、水筒をお持ちください。

*体調に不安のある場合はご利用をお控えください。



2月の昼食メニューと講座 テンミリオンハウス月見路

月	火	水	木	金	土
◎食材の都合により、献立が変更になることがあります。 ご了承ください。					メニュー
◎講座参加費 300円 別途材料費がかかる場合があります。					午前講座
					午後講座
2 いなり寿司 体操 10:30～11:20 朗読会 14:00～15:00	3 クリーム シチュー 体操 10:30～11:20	4 肉団子とキャベツ のトマト煮 体操 10:30～11:20	5 カレーみそ おでん 体操 10:30～11:20	6 魚のみぞれ煮 体操 10:30～11:20	7 体操 10:30～11:20
		囲碁（中級） 13:00～15:00	編み物① 13:30～15:00	歌の会① 13:30～14:30	体操 13:30～14:20
9 豆鼓鶏 体操 10:30～11:20 絵手紙② 13:30～15:00	10 きりたんぽ汁 体操 10:30～11:20 ネイルケア 12:50～16:00 体操 13:30～14:20	11 建国記念の日	12 白菜と 肉団子の煮物 体操 10:30～11:20 手芸（自習） 13:30～15:00	13 小樽の豚丼 体操 10:30～11:20 花のコースター作り 13:30～15:00 体操 13:30～14:20	14 体操 10:30～11:20 体操体験 11:30～12:20 体操 13:30～14:20
16 真珠丸子 体操 10:30～11:20 絵手紙③ 13:30～15:00	17 親子丼 体操 10:30～11:20 花のコースター作り 13:30～15:00 体操 13:30～14:20	18 炊き込みご飯 体操 10:30～11:20 囲碁（初級） 13:30～15:00	19 ランチ予約開始日 豚肉としらたき の炒め煮 体操 10:30～11:20 編み物② 13:30～15:00	20 煮込み ハンバーグ 体操 10:30～11:20 歌の会② 13:30～14:30	21 体操 10:30～11:20 おもちゃ病院 13:30～15:00 体操 13:30～14:20
23 天皇誕生日	24 魚の 野菜あんかけ 体操 10:30～11:20 体操 13:30～14:20	25 ビーフ ストロガノフ 体操 10:30～11:20 書道 13:30～15:00	26 ランチ電話予約開始日 ひつつみ汁 体操 10:30～11:20 おりがみ② 13:30～14:30	27 紅焼獅子頭 体操 10:30～11:20 体操 13:30～14:20	28 体操 10:30～11:20 体操体験 11:30～12:20 体操 13:30～14:20

ランチ予約 ☎0422-20-8398

完全予約制 700円 12:00～13:00

（65歳以上・市内の方優先）

キャンセルの場合は、必ずご連絡ください。

定員を超えた場合は、お断りすることがあります。

※ランチの当日キャンセルは実費（700円）をいただきます。

皆様のご理解をどうぞよろしくお願いいたします。

ビデオ体操（予約制）

月・火・水 午前10:30～11:20

火・水・金・土 午後13:30～14:20

（水・金の講座の開催されない日）

木・金・土 午前10:30～11:20

ビデオ体操体験会（定員6名）

2/14（土）、2/28（土）午前11:30～12:20

ご希望の方はお問合せ下さい。

飲食物のお持ち込み、お持ち帰りはお控えください。

施設で提供している物以外の飲食はお控えください。

（個人用の水筒は除く）