




















なごみの里 11月行事予定

なごみの里「金栄」☆TEL 31-1753

※行事予定は変更する場合があります。その際はご了承ください。

日	月	火	水	木	金	土		
			1	2	3	4		
			菊見学 					
5	6	7	8				9	10
	菊見学  お誕生会 (高橋文子さん)			俳句教室 (毛利先生) 	歌声喫茶 (近田さん) 	菊見学  お誕生会 (眞鍋竹利さん)		
12	13	14	15	16	17	18		
		三味線演奏会 (瀧つくし会) 	音楽の友 (星加さん) 					
19	20	21	22	23	24	25		
なごみの里 金栄・金子 文化祭 			フラダンス (鈴木さん) 	ギター演奏会 (守屋さん) 	習字教室 (明比先生) 	紅葉見学 		
26	27	28	29	30				
	紅葉見学 	ハーモニカ演奏会 (F&S) 	紅葉見学 					

今月のお誕生日

高橋文子さん 昭和8年11月4日生 (84歳)

眞鍋竹利さん 昭和9年11月12日生 (83歳)

おめでとうございます





11月の献立表



(日)			1(水)	2(木)	3(金)	4(土)
			・ご飯 ・豚の生姜焼き ・長いもの吉野煮 ・茄子の煮物 ・中華スープ ・漬物・フルーツ	・梅しらすご飯 ・ミルフィーユカツ ・シーザーサラダ ・湯豆腐 ・味噌汁 ・漬物・フルーツ	・ご飯 ・きのこハンバーグ ・サラダ ・刻み昆布の煮物 ・味噌汁 ・漬物・フルーツ	・ご飯 ・白身魚のフライ ・切干大根 ・シーザーサラダ ・味噌汁 ・漬物・フルーツ
5(日)	6(月)	7(火)	8(水)	9(水)	10(木)	11(金)
	・ちらし寿司 ・豚とキャベツの味噌炒め ・カリフラワーの甘酢漬け ・春雨サラダ ・味噌汁 ・漬物・フルーツ	・ご飯 ・豚のピリ辛炒め ・煮豆 ・高野豆腐の卵とじ ・味噌汁 ・漬物・フルーツ	・ご飯 ・天ぷら盛り合わせ ・グリーンサラダ ・高野豆腐 ・味噌汁 ・漬物・フルーツ	・ご飯 ・鶏の照り焼き ・茄子味噌炒め ・マカロニサラダ ・味噌汁 ・漬物・フルーツ	・ちらし寿司 ・肉うどん ・シュウマイ ・きゅうりの酢の物 ・味噌室 ・漬物・フルーツ	・ご飯 ・魚のホイル焼き ・かぼちゃの含め煮 ・高野豆腐の煮物 ・味噌汁 ・漬物・フルーツ
12(日)	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)
	・ご飯 ・ムニエル ・刻み昆布の煮物 ・トマトサラダ ・味噌汁 ・漬物・フルーツ	・ご飯 ・太刀魚のてんぷら ・キノコのポン酢和え ・春雨サラダ ・味噌汁 ・漬物・フルーツ	・ご飯 ・スペインオムレツ ・グリーンサラダ ・茄子と厚揚げの煮物 ・味噌汁 ・漬物・フルーツ	・ご飯 ・豆腐ハンバーグ ・キャベツのゆかり和え ・サラダ ・味噌汁 ・漬物・フルーツ	・ご飯 ・魚の南蛮漬け ・野菜炒め ・高野豆腐 ・味噌汁 ・漬物・フルーツ	・炊き込みご飯 ・ササミソテー ・サラダ ・かき玉汁 ・漬物 ・フルーツ
19(日)	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(土)
なごみの里 金栄・金子 文化祭	・ご飯 ・豚バラの蒸し焼き ・きゅうりの昆布和え ・大根なます ・味噌汁 ・漬物・フルーツ	・ご飯 ・ごぼうの牛肉巻 ・大根サラダ ・キノコソテー ・味噌汁 ・漬物・フルーツ	・ご飯 ・おでん ・ブロッコリーのおかか和え ・きゅうりの酢の物 ・味噌汁 ・漬物・フルーツ	・ご飯 ・豚の生姜焼き ・煮豆 ・高野豆腐と野菜の煮物 ・味噌汁 ・漬物・フルーツ	・ご飯 ・豚の生姜焼き ・もずく酢 ・厚焼き玉子 ・味噌汁 ・漬物・フルーツ	・ご飯 ・魚のチーズのせ焼き ・ひじきの煮物 ・かぼちゃサラダ ・味噌汁 ・漬物・フルーツ
26(日)	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)	(金)	(土)
	・カレーライス ・スペインオムレツ ・グリーンサラダ ・福神漬 ・フルーツ	・ご飯 ・鶏のトマトソース煮 ・切り干し大根の煮物 ・ポテトサラダ ・味噌汁 ・漬物・フルーツ	・ご飯 ・煮魚 ・春雨サラダ ・分葱のヌタ ・味噌汁 ・漬物・フルーツ	・ご飯 ・鰯の照り焼き ・青菜の煮びたし ・湯豆腐 ・味噌汁 ・漬物・フルーツ		

※材料などの都合により献立の一部を変更する事がありますのでご了承願います。

□ : は誕生日会です。

第3回 なごみの里 金栄・金子 文化祭

日時：平成29年11月19日(日) 10:30~14:00 (雨天決行)

場所：なごみの里「金子」(TEL 0897-64-9753)

内容：バザー・生バンド演奏(11:15~)・昭和歌謡ショー(13:00~)等

※ご来場いただいた利用者の方にはバザーの無料券を準備しています。