



# 3月の予定



	日	月	火	水	木	金	土
午前			1 10:15~昼食会 【ちらし寿司】 200円~	2 オセロをしよう	3 フリータイム	4 10:15~麺の日  200円~	5 土曜ランチ 【さんまの缶詰とニラの卵とし丼】 200円~
			午後	ダーツをしよう	13:00~ ♪お菓子の会 【莓ムース】 200円~	ラジオ体操	やわらかくなるストレッチ
午前	6 【休館】	7 しゃべり場	8 10:15~昼食会 【エビチリ】 200円~	9 簡単お菓子作り 【マシュマロサンド クラッカー】 100円~	10 フリータイム	11 10:15~丼の日 200円~	12 カレーdeランチ 【コロッケカレー】 200円~
	午後	やわらかくなるストレッチ	人生ゲームをしよう	小人のくつや 【しおり作り】	プランターde野菜作り	13:00~ ホワイトデー企画 【スノーボール作り】 200円~	休館 家族の日
午前	13 【休館】	14 あみ編みクラブ	15 10:15~昼食会 【炒飯】 200円~	16 トランプをしよう	17 フリータイム	18 10:15~麺の日 200円~	19 詩人の小部屋
	午後	やわらかくなるストレッチ	ドライブに行こう	卓球部	ラジオ体操	やわらかくなるストレッチ	カフェ風ドリンク 50円~
午前	20 【休館】	21 春分の日 【休館】	22 10:15~昼食会 【シチュー】 200円~	23 スケッチ&塗り絵	24 フリータイム	25 10:15~丼の日 200円~	26 おにぎりの会 200円~
	午後		なぞなぞ&クイズ	小人のくつや 【アイロンピース】	プランターde野菜作り	簡単筋トレをしよう	音楽鑑賞
午前	27 【休館】	28 スクラッチアートをしよう	29 10:15~昼食会 【鮭のマヨネーズ焼き】 200円~	30 散歩に行こう	31 フリータイム		
	午後	やわらかくなるストレッチ	ブロックをしよう	13:00~ ♪お菓子の会 【どら焼き】 200円~	ラジオ体操		
午前	♪は予約制です。参加を希望される方は事前予約をお願いします。・月~土の開所時間は、9:00~16:00です。・午前のプログラムは基本的に10:30~11:30 午後のプログラムは基本的に13:30~14:30						
午後	当面の間、閉館時間は16時とさせていただきます。 朝9時~10時ころ、夕方15時以降は送迎の都合により、センター内にスタッフが不在の場合があります。フリースペースとしてご利用いただけますので、ご理解・ご協力よろしくお願いします。						

## 3月のプログラム詳細

### 土曜ランチ

5日(土) AM

土曜ランチではさんまの缶詰を使った、さんまの缶詰とニラの卵とし丼を作ります。材料も缶詰、ニラ、玉子だけなのでとても簡単にできる、昼食にぴったりの丼です。どんな味なのか楽しみです。ぜひご参加ください。

- 日時：5日(土) 10:30～
- 内容：さんまの缶詰とニラの卵とし丼
- 費用：200円～



### 簡単お菓子作り

9日(水) AM

マシュマロサンドクラッカーを作ります。市販のクラッカーにマシュマロと板チョコをはさんでレンジで温めて溶かします。とても簡単なお手軽レシピです。おうちでも作れるようなお菓子なので作ってみて下さいね♪

- 日時：9日(水) 10:30～
- 内容：マシュマロサンドクラッカー
- 費用：100円～



### ホワイトデー企画

11日(金) PM

ホワイトデー企画として、スノーボールを作ります。せっかくなのでバレンタインのお返しにプレゼントしてみるのはいかがでしょうか？

- 日時：11日(金) 13:00～
- 費用：200円～



## プログラム予定

#### 【昼食会】

日にち：1,8,15,22,29日(火)

時間：10:15～

費用：200円～

※感染警戒レベルによって中止になる事があります

#### 【麺・丼の日】

日にち：4,11,18,25(金)

時間：10:15～

費用：200円～

内容：当日皆さんと相談して決めます



#### 【お菓子の会】

日時、内容：

2日(水) 13:00～ 「苺ムース」

30日(水) 13:00～ 「どら焼き」

費用：200円～

※予約制となりますので参加される方は当日9時までに予約をお願いします



#### 【小人のくつや】

日時、内容

9日(水) 13:30～ 「しおり作り」

23日(水) 13:30～ 「アイロンビーズ」

#### 【カレーdeランチ】

日時：12日(土) 10:30～

内容：コロッケカレー

費用：200円～



#### 【おにぎりの会】

日時：26日(土) 10:30～

費用：200円～

内容：当日皆さんと相談して決めます

#### 【カフェ風ドリンク】

日時：19日(土) 13:30～

費用：50円

内容：当日皆さんと相談して決めます

