



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5 つくしラーメン	6 軽食の日	7
元旦 新年賀			都合により 喫茶お休み	軽作業 10~12時交流室		休館
8	9	10 ランチ	11 つくしラーメン	12 つくしラーメン	13 軽食の日	14
休館	成人の日	お雑煮 軽作業 10~12時交流室	喫茶茶話会 10~交流室	軽作業 10~12時交流室		休館
15	16	17 ランチ	18 つくしラーメン	19	20 軽食の日	21
休館	軽食の日	焼魚定食 軽作業 10~12時交流室		都合により 喫茶お休み 軽作業 10~12時交流室		休館
22	23	24 ランチ	25 つくしラーメン	26 つくしラーメン	27 軽食の日	28
休館	軽食の日	カレーライス 軽作業 10~12時交流室	食いチャレ IN 七福食堂	軽作業 10~12時交流室	喫茶 M 14:30~15:30	休館
29	30	31 ランチ				
休館	軽食の日	天ぷらそば 軽作業 10~12時交流室				



つくしセンターよりお知らせ

2012年初の

食いチャレ



センター近くの 七福食堂 に決定!

日 時: 1/25 (水)

午前11時センター集合

場 所: 七福食堂 (上越市幸町15-28)

参加費: 実費 (1,000円前後)

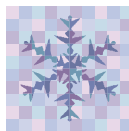
乗車定員: センターからの乗車は10名 (先着)

送 迎: ご相談ください

レク・サークルは

予約もしくは申込みが必要です。

予約受付開始 1月4日 (月)



つくしセンター電話025-521-2860 FAX025-521-2861

つくしんぼよりお知らせ

新年は1/5(木) ~の営業になります。



好評により来年も引き続きホットメニュー継続します。

ホットココア 甘酒

おしるこ

抹茶ミルク締め 各180円

つくしんぼで 心も体も温まり

寒い冬を乗り切りましょう!



1年間つくしセンター・つくしんぼをご利用いただきましてありがとうございました。

来年もよろしくお願ひいたします。

つくしセンター スタッフ一同

