



つくしセンター-25年1月の予定



日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		元旦	休館	休館	軽食の日	休館
6	7	8 ランチ	9	10 つくしラーメン	11	12
休館	軽食の日	煮魚・のっぺい汁 軽作業 10~12時交流室		軽作業 10~12時交流室	軽食の日	休館
13	14	15 ランチ	16	17	18	19
休館	休館 成人の日	雑煮・デザート付 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	軽食の日	休館
20	21	22 ランチ	23	24 つくしラーメン	25	26
休館	軽食の日	ねぎトロ丼 軽作業 10~12時交流室 歯科検診	食いチャレ イン 鶴越	軽作業 10~12時交流室	軽食の日 喫茶 M 14:30~15:30	休館
27	28	29	30 つくしラーメン	31 つくしラーメン		
休館	軽食の日	都合により 喫茶お休み 軽作業 10~12時交流室	稲田G茶話会	軽作業 10~12時交流室		

つくしセンターからのお知らせ

新年もつくしセンターを宜しくお願い致します。



食いチャレ



讃岐うどん 雀鳥 走越

お待たせいたしました。今回の食いチャレは鶴越うどん！
表面がなめらかで喉越しの良いうどんである意味の「つるつる」と讃岐のうどん製法による強いコシの「こし」を合わせて、「つるつとしてコシのある讃岐うどんが食べられるお店」。上越で人気のうどん店です。

日時 1/23(水)午前11時センター集合
場所 讃岐うどん鶴越(上越市昭和町)
参加費 千円程度 2-18-13)
乗車定員 6名(先着)送迎 ご相談下さい。



歯科検診を行います



歯は定期的な検診が大切です！歯科医のアドバイスも頂けます。是非センターにお越しください。

日時 1/22(火)13時半~
場所 つくしセンター
参加費 無料



つくしんぼからのお知らせ

新年初営業日は1/4です。
新年も変わらず、つくしんぼをご利用下さい。



温かいメニューをそろえお待ちしております！！

「レク」・「サークル」・「シャトルカー」へのご参加・ご利用は事前予約が必要になります。

予約開始日 **1月7日(月)**

※全ての申し込みについて先着順、定員になり次第締め切らせていただきます。