



2019年1月

月 MONDAY	火 TUESDAY	水 WEDNESDAY	木 THURSDAY	金 FRIDAY	土 SATURDAY	日 SUNDAY
	1 謹賀新年 おせち 盛り合わせ等	2 休日	3 お正月 特別メニュー	4 お正月 特別メニュー	5 団圓の日 訪問美容室 はるひな	6 塗り絵し よう
7 七草粥	8 体操を しよう	9	10 塗り絵し よう	11 鏡開き ぜんざい	12	13 塗り絵し よう
14 成人の日	15 ご当地メニュー かきまぶり (和歌山県)	16	17 体操を しよう	18 訪問美容室 はるひな	19	20 イベントランチ チャーハン
21	22 塗り絵し よう	23	24	25 体操を しよう	26 イベントランチ 鶏南蛮	27
28	29	30 体操を しよう	31			
 明けましておめでとうございます。  皆様のご健康とご多幸をお祈りいたします。						



1月のもふもふ

ゴマフアザラシの赤ちゃん
 ゴマフアザラシは北半球のみに分布している中型のアザラシ。生まれたばかりの子どもは体長75~90cm、体重は7~12kg程度で、親とは違い、全身は白い産毛で覆われています。