

2023年 4月 プログラム “街かどデイハウス” ひまわり粟生”

日	月	火	水	木	金	土
		あんなこと」「こんなこと」何でもご相談、高齢者くらしサポートご存知ですか 毎日の生活の中で不安なこと困ったこと・・・ ご本人からの相談やご家族、ご近所の方でもご相談いただけます。 相談はすべて無料です。箕面市から委託を受けた法人が運営しているので 個人情報適切に保護されていますので安心です。 高齢者くらしサポート ☎729-1711				1
2	3	4	5	6	7	8
休	A 終日健康麻雀 B pm健康麻雀 C am麻雀教室 カツ 小鉢2種	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 pm卓球 ハンバーグ サラダ	①終日麻雀D ②終日麻雀E 大葉と梅の豚肉巻 小鉢2種	終日健康麻雀 am麻雀教室 C pm健康麻雀 海苔挟みカツ 大根のレモン漬け	休
9	10	11	12	13	14	15
休	A 終日健康麻雀 B am健康麻雀 C pm麻雀教室 玉葱のとろとろそばあん やみつき塩昆布キャベツ	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 炊き込みご飯 筑前煮	①終日麻雀D ②終日麻雀E シーフードドリア 野菜スープ	終日健康麻雀 高野豆腐の肉詰め 小鉢2種	休
16	17	18	19	20	21	22
休	A 終日健康麻雀 B pm健康麻雀 C am麻雀教室 天ぷら 小鉢2種	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 pm卓球 シチュー サラダ	①終日麻雀D ②終日麻雀E 鶏肉の新玉ねぎマリネ おひたし	終日健康麻雀 am麻雀教室 C pm健康麻雀 ささみと菜の花の春巻き 小鉢2種	休
23	24	25	26	27	28	29
休	A 終日健康麻雀 B am健康麻雀 C pm麻雀教室 レンジdeポロネーゼ スパニッシュチーズオムレツ	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 ハッシュドポーク こまつナサラダ	①終日麻雀D ②終日麻雀E もやしの和風焼きそば 新玉葱のサラダ	終日健康麻雀 am麻雀教室 C pm健康麻雀 イカしゅまい 小鉢2種	休 昭和の日

	月曜日	木曜日
A	終日健康麻雀	① 終日麻雀 D
B	pm健康麻雀	② 終日麻雀 E
C	pm麻雀教室	

●メニューは変更することがあります
 ☎ 729-7553