

2023年 7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
2	3	4	5	6	7	8
休	A 終日健康麻雀 B am健康麻雀 C pm健康麻雀 ピーマン肉詰め トマトサラダ	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 pm卓球 天ぷら 小鉢2種	①終日麻雀D ②終日麻雀E ネギ塩チキン 胡瓜の酢の物	終日健康麻雀 大正琴 アサリとキャベツの煮物 小鉢2種	休
9	10	11	12	13	14	15
休	A 終日健康麻雀 B pm健康麻雀 C am健康麻雀 ちらし寿司 小鉢2種	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 むね肉南蛮漬 小鉢2種	①終日麻雀D ②終日麻雀E ライスペーパー梅紫蘇巻 レタスの胡麻和え	終日健康麻雀 am健康麻雀 C pm健康麻雀 タラとパプリカの甘酢炒め 小鉢2種	休
16	17	18	19	20	21	22
休	 海の日	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 pm卓球 カニ玉甘酢あんかけ 小鉢2種	①終日麻雀D ②終日麻雀E ズッキーニの肉巻 ナムル	終日健康麻雀 am健康麻雀 C pm健康麻雀 タコス ピタパン	休
23	24	25	26	27	28	29
休	A 終日健康麻雀 B am健康麻雀 C pm健康麻雀 豚こまの竜田揚げ 小鉢2種	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 ユーリンチー 小鉢2種	①終日麻雀D ②終日麻雀E キャベツメンチカツ サラダ	終日健康麻雀 am健康麻雀 C pm健康麻雀 アスパラつくね 小鉢2種	休
30	31	7月7日の夜に織姫と彦星が天の川を渡って1年に1回だけ出会えるという伝説 皆さんは誰に会いたいですか？七夕にちなんで願いことを書いてみませんか？				
休	A 終日健康麻雀 B pm健康麻雀 C am健康麻雀 豚肉のポテト巻き 小鉢2種					

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		

●上記たんざくに「願い事」を書いてスタッフまで提出
ください。抽選で5名様にささやかなプレゼントを
差し上げます。次月通信に掲載させていただきます。

●メニューは変更することがあります

☎ 729-7553