

2011年 3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
		1	2	3	4	5
		休	パッチワーク 卓球 ひな祭り コロッケ お浸し	観梅 ゆっくりんぐ体操 古文を読む オムレツ もやしのサラダ	麻雀教室 パソコン教室 ゆっくりんぐ体操 カレーライス グリーンサラダ	休
6	7	8	9	10	11	12
休	健康マーじゃん ゆっくりんぐ体操 煮魚 大根と油揚げの煮物	休	パッチワーク ゆっくりんぐ体操 焼き魚 里芋の煮物	健康マーじゃん ゆっくりんぐ体操 囲碁 がんもと大根の旨煮 ニラ玉	麻雀教室 パソコン教室 ゆっくりんぐ体操 野菜のてんぷら コンニャクの煮物	休
13	14	15	16	17	18	19
休	健康マーじゃん ゆっくりんぐ体操 ロールキャベツ 根菜の煮物	休	パッチワーク 大正琴 卓球 カレー肉じゃが ブロッコリーの 胡麻和え	健康マーじゃん ゆっくりんぐ体操 古文を読む 八宝菜 ワンタン	麻雀教室 パソコン教室 ゆっくりんぐ体操 焼鮭 千切大根	休
20	21	22	23	24	25	26
休	休 春分の日	休	パッチワーク ゆっくりんぐ体操 カラオケ 魚のフライ ひじきの煮物	健康マーじゃん ゆっくりんぐ体操 お誕生会 散らし寿司 肉と野菜のソテー	麻雀教室 パソコン教室 ゆっくりんぐ体操 筑前煮 青菜の胡麻和え	休
27	28	29	30	31	*観梅は池田の水月公園へ その後日清食品見学予定 *買い物ツアーは能勢へ	
休	健康マーじゃん ゆっくりんぐ体操 南さんの料理	休	買い物ツアー 外食	健康マーじゃん ゆっくりんぐ体操 焼き魚 キンピラ		

○メニューは変更することもあります

”ひまわり粟生” TEL072-729-7553