

2011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
					1	2
					麻雀教室 パソコン教室 ゆっくりんぐ体操	休
					野菜の肉巻き こんにゃくの炒めに	
3	4	5	6	7	8	9
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 肉じゃが きゅうりの酢の物	休	パッチワーク ゆっくりんぐ体操 卓球 なすの炒め物 かぼちゃの煮物	DVD鑑賞 古文を読む ゆっくりんぐ体操 カツ丼 焼なす	麻雀教室 パソコン教室 ゆっくりんぐ体操 焼き魚 野菜の煮物	休
10	11	12	13	14	15	16
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 お誕生会 春巻き いり豆腐	休	パッチワーク ゆっくりんぐ体操 鯖の味噌煮 小松菜の白和え	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 玉子焼きの あんかけ 干物の焼き物	麻雀教室 パソコン教室 ゆっくりんぐ体操 マーボーナス ワカメの酢の物	休
17	18	19	20	21	22	23
休	休	休	パッチワーク 卓球 大正琴 ナスとピーマンの 炒め物 サラダ	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 古文を読む 炊き込みご飯 蓮と竹輪のきんぴら	健康の話 パソコン教室 麻雀教室 煮魚 ソーメン汁	休
24	25	26	27	28	29	30
31	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 南さんの料理	休	パッチワーク ゆっくりんぐ体操 カレーライス 人参の胡麻和え	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 肉のマッシュポテト 巻き マカロニサラダ	麻雀教室 パソコン教室 ゆっくりんぐ体操 チンジャオロース ナスの煮物	休

○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