

2011年 9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
				カラオケ ゆっくりんぐ体操 古文を読む 水餃子 野菜の和え物	麻雀教室 パソコン教室 ゆっくりんぐ体操 豚とピーマンの 味噌炒め 小松菜の煮浸し	休
4	5	6	7	8	9	10
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 肉じゃが 白和え	休	パッチワーク ゆっくりんぐ体操 卓球 焼き魚 厚揚げのあんかけ	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 ビビンバ 中華スープ	麻雀教室 パソコン教室 鶏の竜田揚げ ふろふき大根	休
11	12	13	14	15	16	17
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 エビフライ 野菜の煮物	休	パッチワーク ゆっくりんぐ体操 根菜のつくね煮 にら玉	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 古文を読む 鯖のあんかけ 野菜炒め	麻雀教室 パソコン教室 健康講座 煮込みハンバーグ 焼なす	休
18	19	20	21	22	23	24
休	敬老の日 休	休	小物作り 大正琴 卓球 秋刀魚の味噌煮 キノコのソテー	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 里芋の肉団子煮 つみれのスープ	秋分の日 休	休
25	26	27	28	29	30	
休	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 お誕生会 赤飯 魚のムニエル 白和え	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 すき焼き風煮物 サラダ	麻雀教室 パソコン教室 煮魚 切干大根の煮物	

○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