

2012年 1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	6	7
元旦	 <p style="text-align: center;">冬 休 み</p>				麻雀教室 パソコン教室 ゆっくりんぐ体操  鯖の味噌煮 餅入りポトフ	休
8	9	10	11	12	13	14
休	休	休	パッチワーク 初釜 大正琴  ミートボールと キノコの煮込み カブのマリネ	健康マージャン ゆっくりんぐ体操  ちらし寿司 じゃがいもと ニラの和え物	麻雀教室 パソコン教室 ゆっくりんぐ体操  おでん風煮込み 青菜の胡麻和え	休
15	16	17	18	19	20	21
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操  ブリと牛蒡の煮物 ほうれんそうの 和え物	休	パッチワーク ゆっくりんぐ体操 卓球  海老フライ 野菜の煮物	健康マージャン 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 お誕生会  和風ハンバーグ きゅうりの酢の物	休
22	23	24	25	26	27	28
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操  煮魚 天ぷら	休	パッチワーク ゆっくりんぐ体操  白菜と豚の中華風 豆腐と水菜のスープ	健康マージャン ゆっくりんぐ体操  塩鶏ノキャベツ炒め 揚げ豆腐のあんかけ	麻雀教室 パソコン教室 ゆっくりんぐ体操  焼き魚 キノコのソテー	休
29	30	31				
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操  南さんの料理	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