

2012年 2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
			パッチワーク 大正琴 卓球  魚のムニエル じゃがいもの スープ	絵手紙 A.M. ゆっくりんぐ体操 古文を読む  野菜の肉巻き こんにゃくの 炒め煮	麻雀教室 パソコン教室 ゆっくりんぐ体操  魚のホイル焼き キャベツのスープ スープ煮	千の風 寄席
5	6	7	8	9	10	11
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操  煮魚 白和え	休	パッチワーク ゆっくりんぐ体操  ロール白菜 大根の酢の物	健康マージャン ゆっくりんぐ体操  カレーライス サラダ	麻雀教室 パソコン教室 ゆっくりんぐ体操  筑前煮 キンピラごぼう	休
12	13	14	15	16	17	18
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操  焼き魚 白菜のツナ煮	休	パッチワーク ゆっくりんぐ体操 卓球  ホワイトシチュウ 春巻き	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 古文を読む  肉じゃが 青菜のおひたし	麻雀教室 パソコン教室 お誕生会  里芋のそぼろ煮 きのこのみぞれ和え	休
19	20	21	22	23	24	25
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操  コロケ サラダ	休	パッチワーク ゆっくりんぐ体操  鶏の南部揚げ ヒジキの五目煮	健康マージャン ゆっくりんぐ体操  煮魚 青菜の胡麻和え	麻雀教室 パソコン教室 ゆっくりんぐ体操  八宝菜 厚あげの煮物	休
26	27	28	29	2月2日絵手紙教室を開きます はじめての方も昔やった方も 皆様の参加をお待ちしています。		
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  大根と鮭の ピリカラ煮 もやしの和え物			

○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