

2012年 4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
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操  豆腐と挽肉の炒め物 キノコサラダ	休	パッチワーク ゆっくりんぐ体操 卓球  魚のあんかけ 白菜のツナ煮	お花見 ゆっくりんぐ体操 古文を読む  お弁当	麻雀教室 パソコン教室 ゆっくりんぐ体操  ピリカラ揚げの焼きさんま キャベツのスープ	休
8	9	10	11	12	13	14
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操  天ぷら 大根の煮物	休	パッチワーク ゆっくりんぐ体操  煮魚 じゃがいものキンピラ	健康マージャン ゆっくりんぐ体操  野菜の肉巻き ヒスイ汁	麻雀教室 パソコン教室 ゆっくりんぐ体操  つなのオムレツ 里芋の煮物	休
15	16	17	18	19	20	21
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操  豆ごはん 白和え	休	パッチワーク ゆっくりんぐ体操 卓球  鶏の南蛮酢 キャベツのスープ	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 古文を読む  長芋とエビのフリッタ 葱の揚げサンド	ゆっくりんぐ体操 麻雀教室 パソコン教室  鮭とキャベツの味噌炒め 人参のキンピラ	休
22	23	24	25	26	27	28
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 A.M.絵手紙  沖縄風肉じゃがもずくスープ	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 お誕生会  鰯と野菜の胡麻炒め 昆布の煮物	麻雀教室 パソコン教室 ゆっくりんぐ体操  白菜と豚のすき焼き ポトフ	休
29	30					
休	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