

2012年 6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 肉団子のシチュウ 小松菜の炒め物	休
3	4	5	6	7	8	9
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 鯖の竜田揚げ 南瓜の煮物	休	パッチワーク ゆっくりんぐ体操 卓球 マーボー豆腐 チンゲン菜の和え物	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 古文を読む 豚しゃぶ こんにゃくの煮物	麻雀教室 パソコン教室 ゆっくりんぐ体操 煮魚 茄子の味噌炒め	休
10	11	12	13	14	15	16
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 鶏の梅煮 きのこと竹輪の きんぴら	休	パッチワーク ゆっくりんぐ体操 ハヤシライス 野菜サラダ	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 鯛のフライ 里芋の煮物	ゆっくりんぐ体操 麻雀教室 パソコン教室 鮭の蒸し焼き 根菜の煮物	休
17	18	19	20	21	22	23
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 お誕生会 煮魚 夏野菜の炒め物	休	パッチワーク 大正琴 卓球 牛肉とごぼうの煮物 白和え	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 古文を読む 鮭寿司 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 厚揚げのあんかけ ブロッコリーの カレーマリネ	休
24	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 A.M.絵手紙 スープ餃子 もやしの和え物	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 親子丼 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 きのこハンバーグ レタスの炒め物	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