

2013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
					麻雀教室 パソコン教室 ゆっくりんぐ体操 肉じゃが 小松菜の和え物	休
3	4	5	6	7	8	9
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 ハンバーグ定食	休	パッチワーク 編み物 卓球 豚汁 マーボー豆腐	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 古文を読む カキご飯 野菜のかき揚げ	麻雀教室 パソコン教室 ゆっくりんぐ体操 ブリ大根 白菜のツナ煮	休
10	11	12	13	14	15	16
休	休	休	パッチワーク 編み物 団子汁 ほうれん草のお浸し	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 肉豆腐 野菜の香味和え	買い物ツアー 能勢の道の駅へ 外食	休
17	18	19	20	21	22	23
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 ロールキャベツ 豆腐サラダ	休	編み物 大正琴 卓球 ポトフ 野菜サラダ	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 古文を読む 豚と野菜の煮物 白菜サラダ	麻雀教室 パソコン教室 お誕生会 鯖の胡麻味噌煮 キャベツのマリネサラダ	休
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 編み物 A.M.絵手紙 豚肉の塩焼き ポテトサラダ	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 南京と挽肉の揚げ物 サラダ		

○メニューは変更することもあります

”ひまわり粟生”Tel.072-729-7553