

2013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
31	1	2	3	4	5	6
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 肉じゃが 小松菜のお浸し	休	パッチワーク 編み物 卓球 魚のあんかけ 人参のキンピラ	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 炊き込みご飯 干物のサラダ	麻雀教室 パソコン教室 ゆっくりんぐ体操 コロッケ 野菜サラダ	休
7	8	9	10	11	12	13
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 煮魚 ポトフ	休	パッチワーク 編み物 すき焼き風煮物 酢の物	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 古文を読む ねぎと海老の炒め物 粕汁	麻雀教室 パソコン教室 ゆっくりんぐ体操 焼き魚 筑前煮	休
14	15	16	17	18	19	20
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 豆ごはん 鮭の焼き物	休	編み物 ウクレレ 卓球 マーボー豆腐 小松菜の和え物	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 焼き魚 菜の花の和え物	麻雀教室 パソコン教室 ゆっくりんぐ体操 肉じゃが 温豆腐	休
21	22	23	24	25	26	27
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 お誕生会 赤飯 南さんの料理	休	パッチワーク 編み物 A.M.絵手紙 ししやもの南蛮漬け 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 ホワイトシチュウ 厚揚げのねぎのせ	麻雀教室 パソコン教室 ゆっくりんぐ体操 魚のあんかけ 高野豆腐	休
28	29	30				
休	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