

2016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	5	6
	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 肉じゃが 青菜の和え物	休	編み物 布ぞうり作り ウクレレ・卓球 パソコン教室 グラタン 野菜スープ	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 古文を読む 魚のホイル焼き ほうれん草胡麻和え	麻雀教室 カラオケ サワラの磯辺焼き 水なのサラダ	千の風寄席 14時～ 箕面市立 病院 いろはホール
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 白和え	休	編み物 ゆっくりんぐ体操 焼き魚 炒り鶏	休	麻雀教室 ゆっくりんぐ体操 ハヤシライス 野菜サラダ	休
14	15	16	17	18	19	20
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 ❀お誕生会 天ぷら わかめの酢の物	休	編み物 布ぞうり作り パソコン教室 卓球 ロールキャベツ ポテトサラダ	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 豚と大根の煮物 きゅうりの酢の物	麻雀教室 カラオケ 六宝菜 わかめサラダ	休
21	22	23	24	25	26	27
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 粕汁 キンピラ	休	編み物 ゆっくりんぐ体操 絵手紙 煮魚 野菜の煮物	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 古文を読む 白菜と豚の煮物 ポテトサラダ	麻雀教室 ゆっくりんぐ体操 高槻ギョーザ キャベツなます	休
28	29	蛸梅(ろうばい) 花言葉は先見・先導 				
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 豚汁 イカ大根	蛸梅は1月から咲きだし花の少ない2月に甘い香りが春の訪れを告げます				

○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