

2016年 3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
		休	編み物 布ぞうり作り ウクレレ・卓球 パソコン教室  白菜と肉団子の煮物 もやしの酢の物	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 古文を読む  鮭の焼き南蛮 青菜のおひたし	麻雀教室 カラオケ  豚肉の柳川風 もやしのあえもの	休
6	7	8	9	10	11	12
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操  焼き魚 野菜の煮物	休	編み物 ゆっくりんぐ体操  肉じゃが 菜の花のおろし和え	健康マージャン ゆっくりんぐ体操  豚肉と厚揚げの煮物 きゅうりの酢の物	大人の遠足 ❀万博公園観梅 10時21棟前集合  雨天の場合、ひまわり 粟生で通常プログラム	休
13	14	15	16	17	18	19
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操  カレー スープ・サラダ	休	編み物 布ぞうり作り パソコン教室 卓球  ハンバーグ定食	健康マージャン ゆっくりんぐ体操  鯖とじゃが芋の カレー風味 切干大根	麻雀教室 カラオケ  新じゃがの煮物 オクラの和え物	休
20	21	22	23	24	25	26
休	休	休	編み物 ゆっくりんぐ体操  牛肉とこんにゃくの 炒め煮 きゅうりの酢の物	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 古文を読む  豚肉のきのこ巻き 白菜のおひたし	麻雀教室 ゆっくりんぐ体操 ❀お誕生会  豚こまハンバーグ	休
27	28	29	30	31		
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操  春野菜のてんぷら	休	編み物 ゆっくりんぐ体操 絵手紙  ちらし寿司 青菜の和え物	健康マージャン ゆっくりんぐ体操  挽肉と大根の 甘辛炒め		

○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