

2017年 1月プログラム “街かどデイハウス” ひまわり粟生”

日 1	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
 <p>あけましておめでとうございます。今年も よろしくお願ひ 申し上げます。</p>				健康麻雀 ゆっくりんぐ体操 サーモンムニエル おから	健康麻雀 p.m.麻雀教室 p.m.大正琴 鶏マヨ ポテトサラダ	休
8	9	10	11	12	13	14
休	成人の日	休	am.編み物 布ぞうり p.m.運動教室 ほたてと青梗菜の クリーム煮 粉ふぎ芋	健康麻雀 ゆっくりんぐ体操 p.m.認知症教室 豚肉と根歳の煮物 白菜サラダ	健康麻雀 p.m.麻雀教室 p.m.カラオケ ハレカツの玉子とし きゅうりのみぞれ和え	休
15	16	17	18	19	20	21
休	健康麻雀 ゆっくりんぐ体操 パッチワーク 粕汁 野菜の煮物	休	am.編み物 p.m.卓球 p.m.運動教室 ミートローフ インゲンのごま和え	健康麻雀 ゆっくりんぐ体操 p.m.認知症教室 さわらの磯辺揚げ ハムサラダ	健康麻雀 p.m.麻雀教室 春巻き 揚げシューマイ	休
22	23	24	25	26	27	28
休	健康麻雀 ゆっくりんぐ体操 肉じゃが 温豆腐	休	布ぞうり am.編み物 絵手紙 p.m.運動教室 大根と鶏のスープ煮 なめたけのおろし和え	健康麻雀 ゆっくりんぐ体操 p.m.認知症教室 肉団子と野菜の煮物 小松菜のおひたし	健康麻雀 p.m.麻雀教室 p.m.カラオケ オムライスカレー きゅうりのサラダ	
29	30	31	1月12日から認知症教室を行います。参加ください			
休	健康麻雀 ゆっくりんぐ体操 パッチワーク 煮魚 酢のもの	休	 <p>1月からしばらくの間、先生の都合でお休みになります。</p>			

○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