

2018年 1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
 <p>あけましておめでとうございます。 1月は10日からOPENします。 今年もどうぞよろしくお願いたします。</p>						休
日	月	火	水	木	金	土
7	8	9	10	11	12	13
休	成人の日	休	am.編み物 pm.運動教室 キャベツと挽肉の コンソメ煮 ポテトサラダ	健康麻雀 ゆっくりんぐ体操 大葉ハンバーグ 人参なます	健康麻雀 pm.麻雀教室 pm.カラオケ pm.大正琴 お寿司 煮物	休
14	15	16	17	18	19	20
休	健康麻雀 am.麻雀初心者 pm.麻雀教室 パッチワーク 肉じゃが 青菜の和え物	休	am.編み物 pm.卓球 pm.運動教室 魚の洋風照り焼き 葱のくたくた煮	健康麻雀 ゆっくりんぐ体操 さわらの磯辺揚げ ツナサラダ	健康麻雀 pm.麻雀教室 カレー・サラダ スープ	休
21	22	23	24	25	26	27
休	健康麻雀 am.麻雀初心者 pm.麻雀教室 古文 焼き魚 根菜煮物	休	am.編み物 pm.運動教室 白菜と豚肉の ミルフィーユ鍋 ゆで野菜とサミツ マシ和え	健康麻雀 ゆっくりんぐ体操 豚肉のトマト煮 キャベツのごま和え	健康麻雀 pm.麻雀教室 pm.カラオケ 煮込みハンバーグ サラダ	
28	29	30	31			
休	健康麻雀 am.麻雀初心者 pm.麻雀教室 パッチワーク ❖お誕生会 シチュー 大根きんぴら	休	am.編み物 絵手紙 pm.運動教室 和風ポトフ 人参の「マ塩風味			

〇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