

2018年 7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	7
休	健康マージャン am麻雀初心者教室 pm麻雀教室  天ぷら 青菜の和え物	休	編み物 pm.卓球 運動教室  野菜たっぷり餃子 キュウリのツナマヨ	健康マージャン1 健康マージャン2 pm麻雀教室  高槻ギョーザ 人参・ワカメの酢の物	健康麻雀 am初心者麻雀教室 pm麻雀教室 大正琴  冷麺 煮物	休
8	9	10	11	12	13	14
休	健康マージャン am麻雀初心者教室 pm麻雀教室 パッチワーク  カレーライス サラダ	休	編み物 運動教室  枝豆と海老のスティック春巻き サラダ	健康マージャン1 健康マージャン2 pm麻雀教室  豚と茄子のボン酢和え コーンサラダ	健康麻雀 am初心者麻雀教室 pm麻雀教室 pm大正琴 pm.カラオケ  チキン南蛮 サラダ	休
15	16	17	18	19	20	21
休	休  海の日	休	編み物 pm.卓球 運動教室  ピーマンの肉づめ ポテトサラダ	健康マージャン1 健康マージャン2 pm麻雀教室  サーモンムニエル もやしのカレーマヨ和え	麻雀教室 am初心者麻雀教室 pm麻雀教室  コロッケ バンバンジー	休
22	23	24	25	26	27	28
休	健康マージャン am麻雀初心者教室 pm麻雀教室 パッチワーク ※お誕生日会 肉じゃが 豆腐サラダ	休	編み物 絵手紙 運動教室  豚と長芋の梅シソ炒め 白和え	健康マージャン1 健康マージャン2 pm麻雀教室  柳川風 えのき・胡瓜のナムル	麻雀教室 am初心者麻雀教室 pm麻雀教室 pm.カラオケ  オムライスカレー サラダ	休
29	30	31	 <p>*お盆休みは8/11～15日です。 8/1は健康まつりです 運動教室に代わって 集会所で行います。 こぞってご参加ください。 今年の願い事はなんて書きましょうか？</p>			
休	健康マージャン am麻雀初心者教室 pm麻雀教室  焼き魚 酢の物	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