

2018年 9月 プログラム “街かどデイハウス” ひまわり栗生”

日	月	火	水	木	金	土
						1
<p>みなさんもぜひご参加ください。無料です。</p> <p>●9月1日(土) 14:00~15:30</p> <p>うたごえ喫茶</p> <p>●ライフプラザアトリウム 主催 千の風</p> <p>ひまわりからも大正琴のメンバーが参加します!</p>						
2	3	4	5	6	7	8
休	健康マージャン am麻雀初心者教室 amパッチワーク pm健康麻雀 カレーライス サラダ	休	編み物 運動教室 pm卓球 肉巻き豆腐の酢豚風 ゴーヤチャンプルー	健康麻雀1 健康麻雀2 pm健康麻雀 甘辛肉団子 キャバツと桜えびの甘酢和え	健康麻雀 am麻雀初心者教室 pm麻雀教室 カツとし 酢の物	休
9	10	11	12	13	14	15
休	<p>❖お誕生日会</p> 健康マージャン am麻雀初心者教室 pm健康麻雀 お誕生会メニュー お楽しみに!	休	編み物 運動教室 トマトと豆腐の卵とし いんげんごま和え	健康麻雀1 健康麻雀2 pm健康麻雀 豚の味噌だれ焼き しらたきのサラダ	健康麻雀 am麻雀初心者教室 pm麻雀教室 p.m.カラオケ 白菜の中華炒め 春雨の酢の物	休
16	17	18	19	20	21	22
休	敬老の日 休	休	編み物 運動教室 pm卓球 チキン南蛮 サラダ	健康麻雀1 健康麻雀2 pm健康麻雀 ブリの焼き物 小松菜・カニカマ和え物	健康麻雀 am麻雀初心者教室 pm麻雀教室 肉丼 白菜の浅漬け	休
23	24	25	26	27	28	29
秋分の日	振替休日 休	休	編み物 絵手紙 運動教室 しそ大根入りチャーシュー ウイパーと野菜の甘酢いため	健康麻雀1 健康麻雀2 pm健康麻雀 肉豆腐 れんこんの梅おほか	健康麻雀 am麻雀初心者教室 pm麻雀教室 p.m.カラオケ マカロニグラタン リンゴのサラダ	休
30						
休	<p>6月の地震、7月豪雨から続いている酷暑、全国的な天候不順が心配されます。みなさんはどのような夏休みをお過ごしでしたでしょうか。私は毎年夏は山旅と決めていたのですが、今年ばかりはこの酷暑と天候不順で計画もしないまま夏バテでぐったりして何もしないままでした。そろそろ小さな秋を見つけたいところです。</p> <p>○メニューは変更することがあります。 ○ひまわり栗生 ☎729-7553</p>					