

2018年 11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
 <p>ようやく秋らしくなってきましたね。箕面の紅葉が楽しみです。</p>				1	2	3
				終日健康麻雀1 終日健康麻雀2 pm健康麻雀 豚肉の甘酢あんかけ もやしのごま和え	終日健康麻雀 am初心者麻雀教室 pm健康麻雀 pm大正琴 炊き込ごはん 鶏肉のみぞれ煮	文化の日
4	5	6	7	8	9	10
休	終日健康麻雀 am麻雀初心者教室 pm健康麻雀 カレー サラダ	認知症予防教室③	編み物 pm卓球 運動教室 高野豆腐の肉詰め煮 人参のカレー風味	終日健康麻雀1 終日健康麻雀2 pm健康麻雀 きんぴらつくね カボチャサラダ	健康麻雀 am初心者麻雀教室 pm健康麻雀 pmカラオケ オムそば 切り干し大根煮	休
11	12	13	14	15	16	17
休	終日健康麻雀 am麻雀初心者教室 pm健康麻雀 am.パッチワーク 肉じゃが 青菜の和え物	認知症予防教室④	編み物 運動教室 鯖の竜田揚げ きのこと油揚げのうま煮	終日健康麻雀1 終日健康麻雀2 pm健康麻雀 ☆お誕生日会 白菜の中華炒め シューマイ	終日健康麻雀 am初心者麻雀教室 pm健康麻雀 筑前煮 えのきてんびら	工房「千の風」展示会 11月14時
18	19	20	21	22	23	24
休	終日健康麻雀 am麻雀初心者教室 pm健康麻雀 煮魚 野菜煮物	認知症予防教室⑤	編み物 pm卓球 運動教室 横内・富士 豚とピーマンの炒め物 もやしと人参の塩和え	終日健康麻雀1 終日健康麻雀2 pm健康麻雀 高槻ギョーザ コールスローサラダ	勤労感謝の日 休	休
25	26	27	28	29	30	
休	終日健康麻雀 am麻雀初心者教室 pm健康麻雀 am.パッチワーク ハンバーグ定食	認知症予防教室⑥	編み物 絵手紙 運動教室 ささみと野菜の和風とろみ煮 かぼちゃ団子	終日健康麻雀1 終日健康麻雀2 pm健康麻雀 豚肉大根の煮物 人参とわかめの和え物	終日健康麻雀 am初心者麻雀教室 pm健康麻雀 煮込みハンバーグ サラダ	

○メニューは変更することがあります。

○ひまわり粟生 ☎729-7553