

2019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
		 <p>2019年 あけましておめでとうございます。 月曜日のパッチワークは冬の間、先生はお休みされますが、お部屋は空いていますのでいつでもご利用ください。 今年もどうぞよろしく願いいたします。</p>				休
						
6	7	8	9	10	11	12
休	終日健康麻雀 am初心者麻雀教室 pm健康麻雀 pm初心者麻雀教室 七草粥 根菜煮物		編み物 運動教室 小イワシの醤油煮 豆腐ステーキオイマヨ風	終日健康麻雀1 終日健康麻雀2 pm健康麻雀 柳川風 ほうれん草のおひたし	終日健康麻雀 am初心者麻雀教室 pm健康麻雀 大正琴 pmカラオケ 海老フライ サラダ	休
	13	14	15	16	17	
休	成人の日 休		編み物 pm卓球 運動教室 豚と白菜のミルフィーユ こんにゃくの煮物	終日健康麻雀1 終日健康麻雀2 pm健康麻雀 さわら竜田揚げ 大根のおかか煮	終日健康麻雀 am初心者麻雀教室 pm健康麻雀 白菜のクリーム煮 このご炒め	休
		20	21	22	23	
休	終日健康麻雀 am初心者麻雀教室 pm健康麻雀 pm初心者麻雀教室 煮魚 酢のもの	休	編み物 運動教室 豚肉のアップルジャージャー焼 サラダ	終日健康麻雀1 終日健康麻雀2 pm健康麻雀 蓮根入りつくね ひじき豆	終日健康麻雀 am初心者麻雀教室 pm健康麻雀 大正琴自主練習 pmカラオケ チンジャオロース 春雨スープ	休
	27		28	29	30	
休	❀お誕生会 終日健康麻雀 am初心者麻雀教室 pm健康麻雀 pm初心者麻雀教室 お誕生会メニュー	休	編み物 絵手紙 運動教室 肉だんごのトマト煮 ほうれん草のバター炒め	終日健康麻雀1 終日健康麻雀2 pm健康麻雀 豚とじゃが芋の甘辛炒め 切り干し大根サラダ		

○メニューは変更することがあります。

○ひまわり粟生 ☎729-7553