

2019年 4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
休	健康マージャン am.麻雀初心者 pm.健康麻雀 pm初心者.麻雀教室 豆ごはん 天ぷら	休	am～.編み物 pm.卓球 pm.運動教室 豆腐しゅうまい 野菜酢漬け	健康マージャン 2卓 pm.健康麻雀 六宝菜 胡瓜のナムル風	終日健康麻雀 am麻雀初心者教室 pm.健康麻雀 pm.大正琴 春のお弁当	休
7	8	9	10	11	12	13
休	健康麻雀 am.麻雀初心者 pm.健康麻雀 pm初心者.麻雀教室 ハンバーグ定食	休	am～.編み物 pm.運動教室 鶏肉の中華風甘酢漬け たまねぎステーキ	健康マージャン 2卓 pm.健康麻雀 サーモンムニエル おから煮	終日健康麻雀 am麻雀初心者教室 pm.健康麻雀 pm.カラオケ ロールキャベツ きのこ炒め	休
14	15	16	17	18	19	20
休	健康麻雀 am.麻雀初心者 pm.健康麻雀 pm初心者.麻雀教室 焼き魚 青菜の胡麻和え	休	am～.編み物 pm.卓球 pm.運動教室 春野菜とさわら味噌炒め 豆腐ステーキ	終日健康麻雀 2卓 pm.健康麻雀 高槻ギョーザ タケノコ土佐煮	終日健康麻雀 am麻雀初心者教室 pm.健康麻雀 大正琴自主練 ちらし寿司 竹輪のてんぷら	休
21	22	23	24	25	26	27
休	健康麻雀 am.麻雀初心者 pm.健康麻雀 pm初心者.麻雀教室 野菜煮物 豆腐のあんかけ	休	am～.編み物 am～絵手紙 pm.運動教室 ラチョットの木1-0 胡瓜とツナのマヨ和え	終日健康麻雀 2卓 pm.健康麻雀 肉豆腐 春キャベツ胡麻和え	★お誕生会 終日健康麻雀 am麻雀初心者教室 pm.健康麻雀 pm.カラオケ むし餃子 春雨サラダ	休
28	29	30	いよいよ春本番、入学式に入社式など 巣立っていくお子さんやお孫さんたちの 晴れやかな姿に心が弾みますね。 団地のなかを歩いても雪柳、レンギョウ 木蓮、こぶし、そして桜、まさに百花繚乱です。 この美しく穏やかな日々を謳歌できる世であってほしいものです。			
休	休 昭和の日	休 退位の日				

