



2019年 8月 プログラム “街かどティハウス” ひまわり粟生”

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
<p>暑い夏が続きます アロマの香りでリフレッシュしませんか。 8月新企画として「アロマ教室」をスタート させます。9月以降定期的に開催します。 8月はラベンダーのポプリで爽やかな香りをお楽しみください。 8/10～18日まで夏休みとなります。 19日から通常通りの運営となります。 お身体くれぐれもご自愛ください。お待ちしております</p> 				健康麻雀1 健康麻雀2 pm健康麻雀	健康麻雀 am健康麻雀 pm健康麻雀 大正琴	休
4	5	6	7	8	9	10
休	健康麻雀 am麻雀初心者教室 pm健康麻雀 pm麻雀初心者教室 牛肉とじゃが芋の煮物 青菜のごま和え	休	卓球 編み物 運動教室 タンドリーチキン フルーツヨーグルト	健康麻雀1 健康麻雀2 pm健康麻雀 豚肉の南蛮づけ 糸こんにゃく・京揚げ煮	健康麻雀 am健康麻雀 pm健康麻雀 pmカラオケ 13:30～15:00 健康チェック 生姜ご飯 茄子の炒め	夏休み
11	12	13	14	15	16	17
<p>夏休み</p> 						休
18	19	20	21	22	23	24
休	★★新企画★★ アロマ教室 健康麻雀 am麻雀初心者教室 pm健康麻雀 pm麻雀初心者教室 焼魚 茄子・ピーマン炒め物	休	編み物 卓球 運動教室 豚ミンチと大葉のつくね 切り干し大根のサラダ	健康麻雀1 健康麻雀2 pm健康麻雀 サーモンムニエル 厚揚げ・小松菜味噌炒め	麻雀教室 am健康麻雀 pm健康麻雀 pmカラオケ マーボー茄子 春雨サラダ	休
25	26	27	28	29	30	31
休	☆お誕生会 健康マージャン am麻雀初心者教室 pm麻雀初心者教室 pm健康麻雀 天ぷら 酢のもの	休	編み物 絵手紙 運動教室 中華炒め 茄子の煮びたし	健康麻雀1 健康麻雀2 pm健康麻雀 豚肉のトマト煮 茄子のおひたし	健康麻雀 am健康麻雀 pm健康麻雀 オムライス サラダ	休

○メニューは変更することがあります。

○ひまわり粟生 ☎729-7553