

2019年 9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 | 7 |
| | 健康マーじゃん am麻雀初心者教室 pm麻雀初心者教室 pm健康麻雀 牛肉と野菜炒め 小芋の煮物 | | 編み物 運動教室 pm卓球 豆腐と挽肉のお好み焼き風 豆サラダ | 終日健康麻雀2卓 pm健康麻雀 和風ハンバーグ きんぴら | 健康麻雀 am麻雀初心者教室 pm麻雀教室 大正琴 春巻 春雨の酢の物 | |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 休 | 健康マーじゃん am麻雀初心者教室 pm麻雀初心者教室 pm健康麻雀 ハンバーグ定食 | 休 | 編み物 運動教室 鶏肉と茄子の木の芽和え きのこのポン酢和え | 終日健康麻雀2卓 pm健康麻雀 酢豚風 かろとトマトのさっぱり和え | 健康麻雀 am麻雀初心者教室 pm麻雀教室 p.m.カラオケ コロッケ サラダ | 休 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 休 | 敬老の日 休 | 休 | 編み物 pm卓球 運動教室 魚の煮付け 白和え | 終日健康麻雀2卓 pm健康麻雀 白身魚と野菜の蒸し焼き 昆布豆煮 | 健康麻雀 am麻雀初心者教室 大正琴自主練 pm麻雀教室 五目ちらし寿司 にゅう麺 | 休 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 休 | 秋分の日 休 | 休 | 編み物 運動教室 豚キムチ炒め 青菜の | 終日健康麻雀2卓 pm健康麻雀 柳川風 きのこのごま和え | 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 ごぼう煮 | 休 |
| 29 | 30 |  <p>まだまだ暑い日が続きます。みなさん、夏の疲れ残っていませんか。箕面市高齢福祉室から熱中症についての注意喚起についてのお知らせです。</p> <ul style="list-style-type: none"> • 60歳を超えると、体温調節機能が低下し、暑さに対する抵抗力が弱まり、脱水状態になりやすくなります。 • 特におひとりぐらしの高齢者は、熱中症に気づくのが遅れる危険性があります。 • 声をかけあって見守りや安否確認をしてください。 | | | | |
| | <p>❀お誕生会</p> <p>健康マーじゃん am麻雀初心者教室 pm麻雀初心者教室 pm健康麻雀 肉じゃが 茄子の和えもの</p> | | | | | |

○メニューは変更することがあります。

○ひまわり粟生 ☎729-7553