

2020年 1月 プログラム “街かどデイハウス” ひまわり栗生”

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			 <p style="text-align: center;">お正月休み</p>			
5	6	7	8	9	10	11
休	健康麻雀 am麻雀初心者教室 pm麻雀初心者教室 pm健康麻雀 煮魚 白和え	休	編み物 鶏の照り煮 紅白なます	健康麻雀1 健康麻雀2 pm健康麻雀 運動教室 amアロマ体験会 和風ポトフ 大根サラダ	終日健康麻雀 am健康麻雀 pm健康麻雀 pmカラオケ 大正琴 ビビンバ ちじみ	休
12	13	14	15	16	17	18
休	成人の日 休	休	編み物 pm卓球 運動教室 魚のバルサミコ酢風味 伊達巻	健康麻雀1 健康麻雀2 pm健康麻雀 赤魚の野菜あんかけ おから煮	終日健康麻雀 am健康麻雀 pm健康麻雀 かぼちゃときのこのシチュー マカロニサラダ	休
19	20	21	22	23	24	25
休	健康麻雀 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 高野豆腐の肉詰め 人参のカレー風味	健康麻雀1 健康麻雀2 amアロマ体験会 pm健康麻雀 れんこんつくね 高野豆腐	終日健康麻雀 am健康麻雀 pm健康麻雀 大正琴自主練 pmカラオケ 野菜カレー 酢のもの	休
26	27	28	29	30	31	
	健康麻雀 am麻雀初心者教室 pm麻雀初心者教室 pm健康麻雀 野菜の炊き合わせ 粕汁		編み物 運動教室 絵手紙 カブのクリーム煮 ブロッコリーの塩昆布和え	健康麻雀1 健康麻雀2 pm健康麻雀 六宝菜 かぼちゃサラダ	<p style="text-align: center;">❖お誕生会</p> 終日健康麻雀 am健康麻雀 pm健康麻雀 お誕生日メニュー ♡お楽しみに！	休

○メニューは変更することがあります。

○ひまわり栗生 ☎729-7553