

2021年 7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
		コロナ感染が十分収束しないなかで、オリンピックが開催されます。なんとそれに伴いつの間にか休日まで変更されました。22(木)・23(金)がお休みです。再拡大がおこらないことを願うばかりです。		①男性終日麻雀 ③ pm健康麻雀 カツとじ トマトのサラダ	終日健康麻雀 大正琴 カレー サラダ	休
4	5	6	7	8	9	10
休	A 終日健康麻雀 B am健康麻雀 C pm麻雀教室 ほうれん草と厚揚げのピリ辛白和 高野豆腐の含め煮	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 pm卓球 いわし揚げハンバーグ サラダ	①男性終日麻雀 ②女性終日麻雀 タンドリーチキン トマトの酢の物	終日健康麻雀 am麻雀教室 C pm麻雀教室 青椒肉絲 春雨の酢の物	休
11	12	13	14	15	16	17
休	A 終日健康麻雀 C am麻雀教室 B pm健康麻雀 中華おこわ アスパラの春巻き	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 チキンのトマト煮 ニョッキ	②女性終日麻雀 ③ pm健康麻雀 和風グラタン じゃがいもの味噌炒め	終日健康麻雀 大正琴自主練 マカロニグラタン サラダ	休
18	19	20	21	22	23	24
休	A 終日健康麻雀 B am健康麻雀 C pm麻雀教室 カルボナーラリゾット サラダ	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 pm卓球 茄子の肉巻き こんにゃく煮	休 海の日	休 スポーツの日	休
25	26	27	28	29	30	31
休	A 終日健康麻雀 C am麻雀教室 B pm健康麻雀 ハンバーグ びっくり豆腐塩昆布チーズ	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 肉じゃが ほうれん草の胡麻和え	①男性終日麻雀 ③ pm健康麻雀 鶏のチリソース 野菜ナムル	②女性終日麻雀 am麻雀教室 C pm麻雀教室 蒸し餃子 野菜の酢の物	休

月曜日		木曜日	
A	終日健康麻雀	①	男性終日麻雀
B	pm健康麻雀	②	女性終日麻雀
C	pm麻雀教室	③	pm健康麻雀

●メニューは変更することがあります
☎ 729-7553