

2021年 12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
			編み物 pm健康麻雀 pm卓球  茶碗蒸し かき揚げ	①終日健康麻雀 ②終健康日麻雀  甘酢豚 白菜漬け	終日健康麻雀 大正琴  春巻き 酢の物	休
			5	6	7	8
休	A 終日健康麻雀 B 健康麻雀(pm) C 麻雀教室(am)  きのことクルミの炊き込みご飯 蓮根とひじきの炒め煮	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀  豆腐の焼きナゲット サラダ	①終日健康麻雀 ②終健康日麻雀  豆腐のそぼろ餡かけ 出し巻き玉子	終日健康麻雀 am麻雀教室 C 麻雀教室(pm)  鶏団子と焼きねぎのスープ じゃがいもの梅煮	休
12	13	14	15	16	17	18
休	A 終日健康麻雀 B 健康麻雀(am) C 麻雀教室(pm)  豚バラと白菜のかぶおろし けんちん汁	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 pm卓球  厚揚げの挽肉はさみ インゲン胡麻和え	①終日健康麻雀 ②終健康日麻雀  ネギマヨ鶏 五目豆	終日健康麻雀 大正琴自主連  鮭のチャンチャン焼き ポテトサラア	休
19	20	21	22	23	24	25
休	A 終日健康麻雀 B 健康麻雀(pm) C 麻雀教室(am)  	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀  	①終日健康麻雀 ②終健康日麻雀  	終日健康麻雀 am麻雀教室 C 麻雀教室(pm)  	休
26	27	28	29	30	31	
休	A 終日健康麻雀 B 健康麻雀(am) C 麻雀教室(pm)  肉豆腐 きこのうま煮	pm運動教室	<p>昨年に引き続きコロナに明け暮れた1年でした。でも、この2年間ひまわりから1人もコロナ感染者を出すことなく無事終えることができました。1人ひとりが感染予防に努力と協力をいただいたことにスタッフ一同感謝しています。 2022年1月6日(木)、お元気でお会いできること楽しみにしています。</p>			

	月曜日	木曜日
A	終日健康麻雀	①終日健康麻雀
B	健康麻雀	②終日健康麻雀
C	麻雀教室	

●メニューは変更することがあります  
☎ 729-7553