
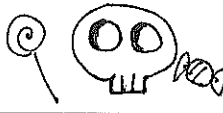
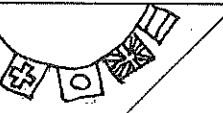






10 月 活動予定表

	月	火	水	木	金
1W		1	2	3	4
午前		青椒肉絲	お菓子作り	麻婆丼	室内清掃
午後		手芸	手芸	手芸	手芸
2W	7	8	9	10	11
午前	ストレッチ or ウォーキング	牛肉ソテー	クッキー作り	豆腐配達	室内清掃
午後	手芸	買物学習	手芸	外食	手芸
3W	14	15	16	17	18
午前		豚ひき肉の さっぱり炒め	お菓子作り	カレー 	室内清掃
午後	体育の日	手芸	手芸	手芸	手芸
4W	21	22	23	24	25
午前	ストレッチ or ウォーキング		クッキー作り	豆腐配達	室内清掃
午後	手芸	即位礼正殿の儀	手芸	外食	創作活動
5W	28	29	30	31	
午前	ストレッチ	ヒンバ丼	ストレッチ or ウォーキング	蒸し魚の 香味だま	
午後	創作活動	創作活動	創作活動	創作活動	

備考

◎月曜日 天気が良ければウォーキングに行きたいと思っております。  
着替え・タオル・帽子・水筒の用意をお願いします。

◎ 3日(木) 17日(木) 29(火) は米飯不要です。