

10月 活動予定表

	月	火	水	木	金
1W				1	2
午前				ホ-ク南蛮 〈米飯不要〉	室内清掃
午後				手芸	手芸
2W	5	6	7	8	9
午前	ストレッチ ウォーキング ^{oh}	餃子×シ 〈米飯不要〉	クッキー作り	豆腐配達	室内清掃
午後	手芸	手芸	手芸	お楽しみ弁当	手芸
3W	12	13	14	15	16
午前	ストレッチ ^{oh} ウォーキング	魚のみぞ漬け バター無し 〈米飯不要〉	お菓子作り	フレット-ストサ 〈米飯不要〉	室内清掃
午後	手芸	手芸	手芸	手芸	手芸
4W	19	20	21	22	23
午前	ストレッチ ^{oh} ウォーキング	キーマカレー 〈米飯不要〉	クッキー作り	豆腐配達	室内清掃
午後	手芸	手芸	手芸	お楽しみ弁当	創作活動
5W	26	27	28	29	30
午前	クッキー作り	チキンオムレツ 〈米飯不要〉	ストレッチ ^{oh} ウォーキング	豚肉の お好み炒め 〈米飯不要〉	室内清掃
午後	創作活動	創作活動	創作活動	創作活動	買物学習

備考

◎月曜日は、天候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・水筒の準備をお願いします。

◎1(木)・6.13(火)・15(木)・20.27(火)・29(木)は米飯不要です。