






11 月 活動予定表

	月	火	水	木	金
1W	2	3	4	5	6
午前	ストレッチ or ウォーキング	文化の日	クッキー作り	ホワイトソース♡ クロックムッシュ 〈米飯不要〉	室内清掃
午後	手芸		手芸	手芸	手芸
2W	9	10	11	12	13
午前	ストレッチ or ウォーキング	鶏ムネ肉の 2色ごま焼き 〈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	お菓子弁当	手芸
3W	16	17	18	19	20
午前	ストレッチ or ウォーキング	ハルツェカレー 〈米飯不要〉	お菓子作り	BBQ風 チキンスペアリブ 〈米飯不要〉	室内清掃
午後	手芸	手芸	手芸	手芸	買物学習
4W	23	24	25	26	27
午前	勤労感謝 の日	きのこ魚の ホイル焼き 〈米飯不要〉	ストレッチ or ウォーキング	豆腐配達	室内清掃
午後		創作活動	創作活動	お菓子弁当	創作活動
5W	30				
午前	ストレッチ or ウォーキング				
午後	創作活動				

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います。  
帽子・着替え・タオルの準備を宜しくお願い致します。
- ◎ 5(木)・10(火)・17(火)・19(木)・24(火) は 米飯不要です。