

ぬくもい

神無月
10月~October Calendar~

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			カラオケ	なんちゃって焼き芋 体重測定	コスモドライブ	
5	6	7	8	9	10	11
	コスモドライブ	音楽サークル 14:00~	秋のお茶会	カラオケ	お手話サークル 13:45~	
12	13	14	15	16	17	18
	ピュア運動会	コスモドライブ	カラオケ	創作活動 何かはお楽しみ...	ポザンド 300円 体重測定	
19	20	21	22	23	24	25
	創作活動 何かはお楽しみ...	音楽サークル 14:00~	コスモドライブ	秋カフェ	お手話サークル 13:45~	
26	27	28	29	30	31	
	vie naturelle 14:00~	美・up講座 13:30~	なんちゃって焼き芋 体重測定	コスモドライブ	ハロウィン	

Aiハカチ♡は、10月27日(月)ですので10月20日(月)までにお知らせ下さい。

Happy Birthday!!

- 21日 加茂 美佐緒 様
- 23日 松尾 健史 様
- 29日 木下 義之 様

おめでとうございます!

10月23日(木)に秋カフェを開催しますので
200円程持参して頂くようよろしくお願いします。

10月
ビューティーヘルパー

10月パン販売日程
1日(水)、7日(火)、15日(水)
21日(火)、29日(水)



編集後記

お知らせ・・・受給者証は毎月月初めに提出をお願いします。
全ての持ち物に名前の記入をお願いします。

9月から10月に入り、秋も深まってきました。夏が短く感じた分、秋の訪れはとても早く感じますね。
秋は、夏の猛暑の疲れや夏休みの遊びの疲れがどっと来る時期だそうです。疲れた時にはしっかりと睡眠と健康な食生活が大事ですね。皆さんも、夏バテ、ならぬ秋バテに要注意です。
さて、9月では、日帰り旅行や運動会等、楽しいイベントが盛りだくさんでした。10月には日帰り旅行後半と、咲き誇るコスモスを皆さんと見に行く「コスモドライブ」も企画していますよ。まだまだ秋本番とはいきませんが、素敵な「〇〇の秋」を皆さんと一緒に楽しんでいきましょう(*^^)v

編集係：井手