

小鳥のさえずり

令和4年10月1日発行 263号

10月行事予定

日	月	火	水	木	金	土
10/30	10/31					1
	喫茶店 3,4階 バスハイク					
2	3	4	5	6	7	8
	喫茶店 2階		買物代行 (2・4階)	WEB元気体操 3,4階	ひらまつ眼科	
9	10	11	12	13	14	15
		誕生会	買物代行 (3階)	WEB元気体操 2階	移動美容室	
16	17	18	19	20	21	22
	喫茶店 3,4階		買物代行 (2・4階)	WEB元気体操 3,4階		
23	24	25	26	27	28	29
停電 防災訓練	喫茶店 2階		買物代行 (3階)	WEB元気体操 2階	出前 バスハイク	

敬老お祝い膳



久しぶりに喫茶店

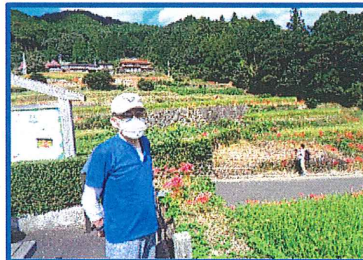
にきました!



白木調理員手作りの花がこです。



バスハイク:江里山の彼岸花



10月の誕生者紹介

おめでとうございます

- 榊原トシ子様
- 田中和子様
- 平タツミ様
- 南田和子様



職員のつぶやき(担当:林貴美子)

皆様こんにちは。10月に入り、過ごしやすい季節になりましたね。秋といえば、皆様は何を思い浮かべますか? 読書の秋、芸術の秋、スポーツの秋...など、秋と結びつく言葉は沢山ありますよね。私はもっばら、食欲の秋です! お気づきの方もいらっしゃると思いますが、私はこの1年でいつの間にか6kgも増えてしまいました…。そろそろ危機感を覚えています。美味しいものを食べつつ、適度な運動も心掛けていきたいです!

小鳥のさえずり編集担当者: 山口真澄、出口美由紀