

めくもいだよ！ 10月号

少しずつ気温が低くない過ごしやすい季節となりました。
秋といえば食欲の秋といわれるほど食べ物がより一層美味しく感じられる季節です。
で・す・が！10月是一年の中で食中毒が多い月と言われています。気温の変動が大きく不安定な天候が続く事があります。湿度が高い日が多く細菌やウイルスの繁殖に適しており食中毒のリスクが高まるのです。皆さんもこの時期は特に気をつけて過ごしてください。

10月 レクリエーション予定表

日	月	火	水	木	金	土
			1 絵手紙 塗り絵	2 個別レク	3	4
5 DVD 鑑賞	6 絵手紙塗り絵	7	8 60G&H 様	9 スポーツ大会	10	11
12 スポーツ 大会	13 カレンダー作り	14	15	16 DVD鑑賞	17 蒔田 様	18
19 絵手紙 塗り絵	20 クラフト	21	22	23 めくもいカフェ	24	25
26 室内ゲーム	27	28	29 壁画作り	30	31 10月 October	

ご利用日に休まれた方は変更もできますので職員又はケアマネジャーにご連絡ください。また、ご利用日の曜日変更も可能です。
お気軽にお尋ねください！
※予定は諸事情により変更することがあります。ご了承ください。

10月のお菓子販売

10月 13日 (月)
14日 (火)
15日 (水)

お買い物上限額1,000円のため
1,000円以上のお金をご持参

敬老の日 行事食



赤飯
天ぷらの
盛り合わせ
がんもの含め煮
酢の物
茶碗蒸し 果物
抹茶プリン

めくもいカフェへようこそ



入れましょうか?

- ・コーヒー (HOT/ICE)
- ・紅茶 (HOT/ICE)
- ・ジュース (カルピス/)

敬老の日 いきいき楽楽楽ステージ



南京玉すだれ

危険!!
危険!!

はい(▽)/

めくもいからのささやかな
プレゼントです

フラボー!!