

# 堤が丘 だより 10月



## 紙芝居とがんづき作り

以前に花巻生協さんから頂いた  
がんづきがおいしくて、ずっとレシピ  
をしりたくておねがいでいました。  
初めてでしたが、とっても上手にできあが  
りました。  
待っての間には、紙芝居  
とっても楽しい時間  
でした。



## 味の素料理教室

最高 ~おいしかった~



## 10月の予定

10月 4日	newスポーツ	10:00~11:00
10月11日	健康相談・口腔ケア	13:30~14:30
10月12日	ふれあいサロン	10:00~12:00
10月13日	楽しく体操	13:00~15:30
10月24日	熊谷さんのストレッチ	11:00~12:00
10月27日	歌っこサロン	9:30~11:00
10月28日	健康相談(個別)	13:30~14:30
10月31日	熊谷さんのストレッチ	15:00~16:00

