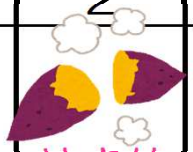
# 関金ラジュームデイサービスセンター
# お知らせ11月号

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 1<br>風船バレー | 2<br>  <br>焼き芋 | 3<br>ビンゴ | 4<br>いきいき体操 | 5<br>福祉の里文化祭 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 午前中：手芸クラブ<br>脳トレ | ゴルフ | いきいき体操 | 薬膳料理<br>♫ | 紅葉外出 | ボーリング | 旗上げ |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| いきいき体操 | ♫ | 脳トレ | いきいき体操 | ♪ | 脳トレ | サングリーン文化祭 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 玉入れ | <br>おやつ作り | | 脳トレ | 保育園交流会 | <br>誕生会 | 脳トレ |
| 27 | 28 | 29 | 30 | | | |
| 上映週間 | ※見たい映画やドラマなど要望があればお聞かせください | | | | | |

## 紅葉外出

**10日**

大山寺方面へお弁当を持って出かける予定ですおたのしみに♩

## 外食週間

13・14・15・17・18日

うどん・そばの店『和庵』に出かけます!!

薬膳：✿美肌作り✿

肌のトラブルは疲労・ストレス・睡眠不足などが考えられます!!

【鶏肉・大根・ブロッコリー】を採り入れたラジュームでの食事と家での充分な睡眠でお肌の調子を整えましょう！

## サングリーン文化祭 ☆19日☆

日頃、みなさんで作成されている作品を展示しています!!
他の施設の作品もたくさんありますので鑑賞しにでかけましょう♪

〒682－0411
倉吉市関金町関金宿259－1
☎ 0858-45-1168

家族の皆様も行事へのご参加お待ちしております。