



# 11月の予定表



月

火

水

木

金

土

今月のくつろぎ会  
11/6  
マグカップガトーショコラ

AM	1	料理	2	卓球	3	文化の日	5	ストレッチ 自主活動	6	くつろぎ会
	PM	元気ポケット	自主活動 気持ちと付き合う						今月のレク	
AM	8	料理	9	卓球	10	ものづくり	12	ウォーキング 自主活動	13	DVD (るろうに剣心)
	PM	話しCiao	自主活動 気持ちと付き合う	ティータイム ナイトケア				脳トレ!	茶話会	
AM	15	料理	16	卓球	17	ものづくり	19	ストレッチ 自主活動	20	軽食会 (親子丼)
	PM	元気ポケット	自主活動 気持ちと付き合う	ティータイム ナイトケア				DJタイム	自主活動	
AM	22	料理	23	勤労感謝の日	24	ものづくり	26	ウォーキング 自主活動	27	卓球
	PM	話しCiao			ティータイム メンバーミーティング ナイトケア			脳トレ!	DJタイム	
AM	29	料理	30	卓球	1		3		4	
	PM	茶話会	自主活動 気持ちと付き合う							

料理の予定

1日  
キノコと豚肉の  
レモンガーリック

8日  
牛肉とチンゲン菜の  
ピリ辛中華炒め

15日  
エリンギと豚ジャガ揚げの  
チーズ風味

22日  
卵と豚肉のしょう油炒め

29日  
鶏肉とエリンギの塩煮

ものづくりの予定

10日  
スケジュール帳  
(マイお薬手帳) 作り

17日  
パンを焼こう

24日  
ボンボンアニマルに  
挑戦してみよう