

第 22 週 活動プログラム

		午 前	午 後	備 考
10月28日	月	相談休業日		
10月29日	火		[出会いの集い] 13:30～ [お互いを知ろう] 13:45～	【準備物】 ・長袖、長ズボン ※天候と野菜の生育状況によつて、農作業をする場合があります。
10月30日	水	[料理を作ろう] 9:30～ 「飯ごう炊飯にチャレンジ」 ・飯ごう炊飯 (ハヤシライス) ・さつまいもとオニオンバー コンサラダ	[自分で選ぼう] 13:30～ ・スポーツ活動	【準備物】 飯ごう炊飯 ・長袖、長ズボン ・虫除けスプレー、かゆみ止め 等 (必要な人)
10月31日	木	[遠くへ出かけよう] 9:30～16:30 「秋の溪谷をハイキングしよう」 ・武田尾廃線敷ハイキング <雨天候の場合> ・余部鉄橋、城崎散策		【準備物】 ・長袖、長ズボン、帽子 ・酔い止め(必要な人) 【準備物】 雨天時 ・酔い止め(必要な人)
11月1日	金	・活動のふり返り 9:30～ ・清掃活動 ・お別れ会 11:00～		

- ・その他の持ち物については、当所HPの「よくある質問」に載せています。
- ・スマホやゲーム機等、活動に必要なものの持ち込みはお断りしています。
- ・当所からの医療用医薬品の提供はしていません。医療用医薬品が必要な場合はご持参ください。
- ・熱中症予防のためスポーツドリンク等必要なものがあればご持参ください。