

センターからのお知らせ※11月3日（火）23日（月）営業致します

9/26「季節の制作」では中秋の名月の飾りを作りました。



10/3「紙コップタワーゲーム」

紙コップをピラミッドのように積むゲームです。

凄い方は12段まで積む事に成功しました!!



お昼休みは「オセロ」
が大人気です。色々な
方と対戦されています。



11月の予定

公園散歩	6日（金）より順次
書写	12日（木）13日（金）
おやつ作り	18日（水）
誕生会	20日（金）21日（土）





2020年月号

◇発行／東日暮里サービスセンター

〒116-0014 荒川区東日暮里3-8-16

電話番号／3805-6121 ファックス／3805-6123

※センターからのお願い※貴重品、食物の持込みはご遠慮ください。

秋と言えば色々ありますが、食欲の秋もあります。①暑さでバテた身体を元に戻そうとする働き②気温が下がる為、体を温めたり冬に向けて体を温存しようとする為に食べようとするの事。空調で調整する事も大切ですが、そればかりに頼らず、体を温めてくれる旬の食材をとって体を温めるのはいかがでしょうか？レンコン・ゴボウ・人参・生姜等の根菜もおいしいようです。手軽に汁物にするのもいいですね！センターでは、豚汁にサツマイモをいれたメニューが出ました。皆様へ美味しく栄養バランス良い食事の提供に努めています！

11月の予定

18日 おやつ作り

20・21日 誕生会

27日 季節の制作

あん摩マッサージによるストレッチ
皆さん、頑張ってやってくれています！
ゆっくり体を動かして元気に！！



10/2 風船バレー(上)

10/3 転がし卓球(下)

ゲームになると皆さん器用で
一生懸命です！！

10/5 カウボーイゲーム

上手く的に輪っかをかけて引き寄せて！！



10/7 カレンダーぬり絵

色を塗ったり、折り紙の飾りの種類を選んで
だいたり...写真も入れてカレンダーを作りました

