



ひまわりイベント情報

スポーツ

今月から体育館競技とウォーキングを再開します！
秋といえばスポーツ！みんなで汗を流しましょう♪
体育館シューズ、飲み物、帽子ご持参くださいネ



10月1日(火)
14:15~15:00

出前講座～肉の焼き方～

今月はBBQのイベントがありますね！
お肉の正しい焼き方を知って楽しいBBQにしましょう！！
市の職員の方に来ていただいて講義をしてもらいます。



10月23日(水)
13:00~
予約制
締切：10月21日(月)

～楽しみ食～

料理講師をお招きして、皆さんの作ってみたいお菓子や
食べてみたいお菓子を作ります。
詳細はポスターをご参照ください。



<バーベキュー本番！>

10月25日(水)

バーベキュー大会!!

秋葉の森総合公園にてバーベキューを行います。
・11時以降はデイケアのフロアに入れません。
・10:30までにデイケア参加の受付をしてください。
・役割によって集合時間が異なります。各自ご確認ください。
皆さんで協力して楽しい会にしましょう♪
雨天の場合は室内になります

