



# 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

