

第 20 週 活動プログラム

		午 前	午 後	備 考
10月9日	月	スポーツの日		
10月10日	火		[出会いの集い] 13:30～ [お互いを知ろう] 14:15～	【準備物】 ・長袖、長ズボン ※天候と野菜の生育状況によって、農作業をする場合があります。
10月11日	水	[料理を作ろう] 9:30～ 「秋の飯ごう炊飯」 ・ごろごろ秋野菜とチキンのカレー ・マヨネーズで春雨サラダ	[自分で選ぼう] 13:30～ ・スポーツ活動	【準備物】※飯ごう炊飯用 ・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12日	木	[遠くへ出かけよう] 9:30～16:30 「秋の高原を散策しよう」 ・砥峰高原、峰山高原 <雨天候の場合> ・人と自然の博物館		【準備物】 ・長袖、長ズボン ・酔い止め、虫除けスプレー、かゆみ止め 等 （必要な人） ・スポーツドリンク代120円程度
10月13日	金	・活動のふり返し 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。
- ・**スポーツドリンク等、熱中症対策として必要な物があればご持参ください。**