



# 11月(November)

## 土浦サテライト



ほびき園生活訓練事業  
(内容は中止もしくは延期になる  
可能性があります)

	日	月	火	水	木	金	土
	◎お知らせ◎ お米の寄付を頂きました。昼食会でお米の持参は不要です		1 休館	2 身だしなみチェック ストレッチ コラージュ	3 休館 (文化の日)	4 休館	5 身だしなみチェック 昼食会(ハンバーグ) 費用350円 まちがい探し
午前			午後				
	6 卓球	7 大掃除(エレベーター・玄関・スリッパ) シーツ交換(枕)、お茶会 スクラッチアート	8 休館	9 身だしなみチェック まちかど歴史探索 音読	10 お菓子作り 「台湾カステラ」費用100円 テーブルゲーム 14:30閉館	11 休館	12 身だしなみチェック 昼食会(海鮮丼) 費用350円 昼食会メニュー決め 自由プログラム
午前	午後						
	13 テーブルゲーム	14 書道 シーツ交換(枕) PHPを読もう	15 休館	16 身だしなみチェック ゴミ拾い 室内カラオケ	17 健康教室 予定決め 折り紙	18 休館	19 身だしなみチェック 昼食会(炒飯・餃子) 費用350円 こころの元気+読もう
午前	午後						
	20 ストレッチ	21 大掃除(駐車場) シーツ交換(枕)お茶会 当事者研究 病気について知ろう	22 休館	23 休館 (勤労感謝の日)	24 紙粘土で作ろう① (ニス塗りは来月実施) 新聞を読もう 14:30閉館	25 休館	26 身だしなみチェック 昼食会(山菜おこわ) 費用350円 室内カラオケ
午前	午後						
	27 テーブルゲーム	28 卓球 シーツ交換(全) 自由プログラム	29 休館	30 身だしなみチェック ウォーキング 俳句・和歌・川柳			
午前	午後						

アクティビティー：温泉卓球、ウォーキング、ストレッチ、ダンス、体操など テーブルゲーム：オセロ、トランプ、折り紙など