

# 10月スケジュール

2021年10月

月	火	水	木	金	土	日	
午前	●スケジュール内容は変更になる場合があります。 ●毎週水曜日は20時迄のデイナイトケアとなります。 ●今月より“パン作り”と“自立に向けた料理”がスタートします。 ●※印のついたプログラムはコロナウイルス対策のため変更となる可能性があります。						
午後							
4	5	6	7	8	9	10	
午前	園芸	認知行動療法 (物質)	ミーティング ピラティス	※室内スポーツ	認知行動療法 (物質)	料理教室 (惣菜) ミーティング	プロセス依存 認知行動療法
午後	おやつクラブ	カレンダー作り	映画	ミーティング	※駿河探訪 (ハンドベル)	木工	プロセス依存 ミーティング
11	12	13	14	15	16	17	
午前	ハンドベル 料理 (パン)	※室内スポーツ	ミーティング	木工 料理 (自立)	委員会活動	ミーティング 簡単ヨガ	プロセス依存 認知行動療法
午後	ミーティング	認知行動療法 (物質)	リラクスタイム	おやつクラブ	認知行動療法 (物質)	映画	プロセス依存 ミーティング
18	19	20	21	22	23	24	
午前	※室内スポーツ	認知行動療法 (物質)	おやつクラブ	園芸	認知行動療法 (物質)	料理教室 (スイーツ) ミーティング	プロセス依存 認知行動療法
午後	女性ミーティング ピラティス	※散歩	芸術 (はんこづくり)	ミーティング	ミーティング ハンドベル	利用者会	プロセス依存 ミーティング
25	26	27	28	29	30	31	
午前	ミーティング	認知行動療法 (物質)	ミーティング	おやつクラブ	※室内スポーツ	ミーティング	プロセス依存 認知行動療法
午後	※日帰り温泉 (簡単ヨガ)	※駿河探訪 (ハンドベル)	映画	季節行事	認知行動療法 (物質)	簡単ヨガ	プロセス依存 ミーティング

## 10月の予定

興味のある方、不明な点のある方はスタッフまでお声掛けください。

### 【おやつクラブ】

- 10/4 肉まん
- 10/14 栗ご飯  
小籠包風焼き餃子
- 10/20 アップルパイ
- 10/28 台湾カステラ



HAPPY HALLOWEEN



### 【映画】

- 10/2 『マン・オブ・スティール』
- 10/6 『モンスターハンター』
- 10/16 『フライト』
- 10/27 『小さな恋のメロディー』



### 【料理教室】

- 10/9 鮭ときのこの  
バター醤油炒め
- 10/23 お化けの  
マシュマロチョコパイ



コロナウイルス感染症の予防を徹底しながらも、過ごしやすい時間となるように工夫していきます。



## おやつクラブ

秋らしい素材や流行りの“萌え断”に挑戦しました！  
“萌え断”とは…食品を切ったときに生まれる、見る人の目を楽しませるような断面の事です。



栗とあんこの和風パイ



カツサンド



フルーツサンド



桃とイチゴの  
ヨーグルトババロア



白玉ぜんざい

断面を考えてフルーツを配置しました。  
ジャムサンド同士でクリームとフルーツをたっぷり入れてボリュームを出して見栄えよくできました。

## 料理

秋の味覚の一つ、カボチャやサツマイモを使った料理を作りました。



あずきを煮るところから挑戦し、白玉は抹茶を混ぜたものと2種類作りしました。甘きもちょうどよく白玉はもちもちに仕上がりました。



サツマイモと  
カボチャの  
きんぴら



スイートポテト



## 木工

使い方アイデア次第！  
万能な小さめの箱に挑戦！



①協力してビスを打って  
組み立てていきます。



観葉植物を置いたり、  
小物の整理箱に♪  
女性も気軽に作れます。



②バーナーで焦がして磨くと  
艶がでて素敵に仕上がります。



カリカリそうめん焼き



「TVでそうめんを使った代わり料理をみたからやってみよう！」の声からスタート。  
ゆでたそうめんにめんつゆ・ごま油・だしの素で味付け。  
おいしくできました。

## お知らせ スタンプカード特典



プログラム参加後に押すスタンプが一杯になりましたらスタッフにお声掛けください。  
特典が選べます。