



## 地活ミーティングより

- 10月17日(月)の、スポーツレクの呼びかけをしました。身体を動かすだけでなく、「見るだけ」での参加も大歓迎です。これからも、色々なレクリエーションをみなさんで考え、実施したいと思います。
- 10月28日(金)の紅葉狩りについて、一日の流れを説明し、確認しました。日本滝百選に選ばれた「苗名の滝」、「いもり池」では足湯を楽しむ予定です。お昼は、新蕎麦やうどんの食べ放題「そばさろん 芭蕉苑」を予約しました。最後に、みなさんで持ち物や時間の確認をしました。当日、お天気に恵まれますように。



## 紅葉狩りに行ってきました

10月28日(金)、妙高へ紅葉狩りに行ってきました。雨ももってくれ、全長50メートルの壮大な滝と、素晴らしい紅葉を、ゆっくりと散策することが出来ました。いもり池では、そばさろん「芭蕉苑」さんで蕎麦・うどん・天ぷらなどの食べ放題。みんながお腹いっぱい楽しみました。その後は足湯で身体もぼかぼか、いもり池の水面に映る妙高山はとても素敵でした。



日	月	火	水	木	金	土
		1 うどん切り チラシ作業	2	3 文化の日	4 チラシ作業	5
6	7 カフェりらん うどんミキサー チラシ作業	8 陽だまりMM うどん切り	9 うどんミキサー	10 うどん切り	11 地活MM	12
13	14 カフェりらん うどんミキサー チラシ作業	15 うどん切り	16 うどんミキサー	17 うどん切り	18	19
20	21 うどんミキサー チラシ作業	22 うどん切り	23 勤労感謝の日	24 ピアサポート チラシ作業	25	26
27	28 うどんミキサー チラシ作業	29 うどん切り	30 うどんミキサー			

### 【活動のご案内】

- \* 昼食サービス・・・登録者を対象に、開所日の昼食を330円で提供します。前日までに予約が必要です。当日の申込みは350円になります。
- \* 喫茶の勤務・・・工賃を支給します。
- \* うどん作り・・・手打ちうどんを作って販売しています。工賃を支給します。
- \* チラシ作業・・・チラシを詰める作業です。工賃を支給します。チラシがなくなり次第終了です。



- \* 開所時間：月曜～金曜 / 9:30～16:30
- \* 閉所日：土・日・祝日
- \* 交通アクセス
  - ① 長岡駅大手口6番線 関原方面行きバス 『池の端』下車 徒歩すぐ
  - ② 長岡駅大手口5番線 柏崎方面行きバス 『関原』下車 徒歩15分

## 俳句投稿 H・K

- ・コスモスの 雨風耐える 白さかな
- ・里芋の 親子の契り 貫きぬ
- ・秋深し 庭の樹木も 朱に染まる
- ・子供等の 家路を急ぐ 秋の暮
- ・旅立ちて 彼の地も望む 菊日和

## お知らせ

- ① 11月は、看護学校の実習生や、高等総合支援学校の体験などがあります。皆様のご協力をよろしくお願い致します。
- ② 朝晩の冷え込みが厳しくなってきました。脱ぎ着しやすい上着を羽織るなどして、体調管理に注意しましょう。