

10月 予定表

【10月の豆知識】

●秋晴れ●

日本全域が移動性高気圧に覆われ、「秋晴れ」（雲一つない晴天）を見ることが出来ます。夏に比べて弱い日差しや乾燥した空気から、すがすがしさを感じられます。晴れの日には、少し外へ出て、気持ちの良い日差しに当たってみましょう。



日	月	火	水	木	金	土
				1 ハピトレ 	2	3 とんでけ〜！
4 定休日	5 	6 リズム えんどう 	7 ざる投げ	8	9 リズム えんどう 	10 ハピトレ
11 定休日	12 音楽療法 	13 ハピトレ 	14	15 ハピトレ 	16 書道 	17
チャレンジウィーク						
18 定休日	19 床屋さん メ切り	20 リズム えんどう 	21 えんどう運動会	22	23	24 ハピトレ
25 定休日	26 ハピトレ 	27 誕生日会 	28 床屋さん	29 音楽療法 	30 リズム えんどう 	31
テーブルコロコロ						

☆今月の体操☆

あゝ人生に
涙あり