

# トゥインクルプラス 東生駒だより 11月号

最近は気温が低くなり、お部屋の中でも少し寒く感じる日が多くなり、そろそろストーブの出番が増えてくる時期ですね。日中は暖かい日もあり体温調整が難しいですが、季節の変わり目ですので体調には気を付けて過ごしていきたいですね。

さて、10月はお月見会や輪投げ大会など楽しいレクリエーションをたくさん行いました。一部紹介をしていきます。

## しおり作り

10月11日  
秋の野花を使いしおりを作成しました。



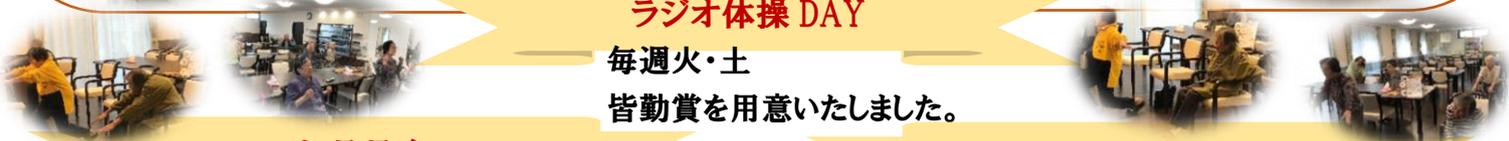
## 輪投げ大会

10月14日  
輪投げ大会を皆様で行いました。



## ラジオ体操 DAY

毎週火・土  
皆勤賞を用意いたしました。



## お月見会

10月19日  
お月見会プレートと飲み物をいただきました。



## エアロビ教室

10月8日・23日  
懐メロ～テンポの速い曲まで楽しみながら体を動かし  
ました。



## 11月の企画予定

- ・映画観賞会・ラジオ体操 DAY・脳トレ・エアロビ教室・マグネット作り
- ・ぼうずめくり大会・トゥインクル喫茶店

