

# あかりの里 だより

第 159 号 令和元年 11 月 1 日発行

荒川区東日暮里 2-48-1 TEL5604-3977

## スポーツの秋は、大運動会がありました



競技玉入れ競争

選手宣誓

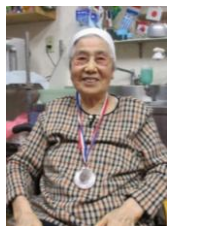


綱引き競争



紅組・白組の応援合戦

パン食い競争



優勝の金メダルを掛けて、記念撮影

## 10月の昼食メニュー



揚げ団子の黒酢餡かけ  
もやしときゅうりのナムル  
レタス、きくらげ、ベーコン  
の塩炒め  
香の物、フルーツ



ほっくりさつまいもご飯  
秋サケの塩焼き大根おろし  
添え  
ほうれん草と舞茸の白和え  
春雨中華サラダ  
香の物、フルーツ

## 10月はお二人の誕生日会がありました



### デイサービスの空き状況

### < 祝日もご利用できます >

ご利用はどの曜日でも対応致します。喜んで見学の送迎致します。

○ご利用可、 △ご利用について応相談、 ×満員で利用不可

	月	火	水	木	金	土
空き状況	△	△	△	○	×	×