

# あかりの里 だより

修正第 187 号 令和 2 年 11 月 1 日発行

荒川区東日暮里 2-48-1 TEL5604-3977

## 10 月の大運動会で体を動かしました



開始前の選手宣誓



盛り上がった玉入れ競争

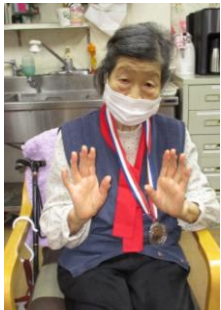
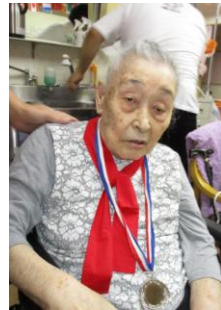
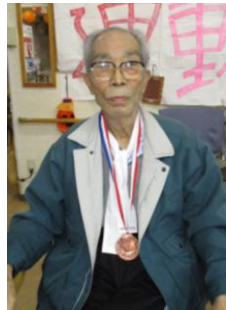


綱引きならぬ綱たぐり競争



お手玉おくりの競争

## 優勝は金メダル、準優勝銀メダル



## 10 月ご利用者の貼り絵作品



里芋と挽肉と玉葱の  
和風コロッケ  
小松菜のソテー添え  
大根とインゲンの柔らか煮  
キャベツとパプリカのゴマドレ

## 10 月の昼食



海鮮チャーハン  
手作り野菜たっぷり焼き餃子  
大根と椎茸インゲンの煮物、三色なます

## 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	○	○	○	○	△	△