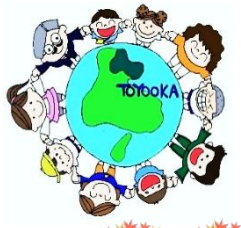
ふれあいルームだより

2026 年 11 月号

基本に戻り、自分らしく過ごそう！！

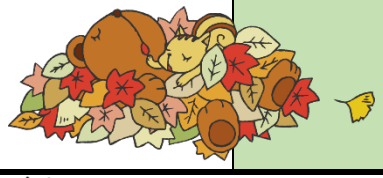


今一度生活リズムを整え、心身ともに充実した日々を過ごしましょう。





＜ 11 月 の 予 定 ＞

日	月	火	水	木	金	土
1	2 ウォーキング （豊岡市展鑑賞）	3 文化の日	4 ＜午前中活動＞	5 図書館活動	6 体育館活動	7
8	9 ウォーキング	10 グループワーク	11 ＜午前中活動＞	12 図書館活動	13 体育館活動	14
15	16 ウォーキング （WACCU こども広場）	17 おたのしみ クッキング	18 ＜午前中活動＞	19 図書館活動	20 体育館活動	21
22	23 勤労感謝の日	24 グループワーク	25 ＜午前中活動＞	26 図書館活動	27 体育館活動	28
29	30 ウォーキング （WACCU こども広場）					

※各活動については、天候その他の理由で変更することがあります。

