

# ★ふるはーと★だより



エアロビ！ふるはーとで実施。  
皆、張り切ってます。



園芸活動！ようやくジャガイモを収穫しました。



避難訓練。火災だあ～！



調理実習！

メニューは肉野菜炒め、舞茸の天ぷら、ピーマンの和え物、フリン



参加人数は少なかったのですが  
皆で楽しく作りました。



エアロビ！今日は動きがとても良かったです。

## ～編集後記～

朝晩かなり涼しくなりましたね、お彼岸が過ぎたら朝は寒いくらいですがコロナ、インフルエンザのダブル感染もあります。風邪も含めて体調には十分気をつけて過ごしましょう。10月は園芸活動でサツマイモの収穫があります。利用者みなさんは楽しみにしているのでいっぱい収穫できる事を願っています。 菊池 敦