



暦の上では春ですが、まだまだ寒い日が続いています。コロナウイルス感染対策に加え風邪やインフルエンザ予防にも注意が必要となってきます。ご家庭でも体調管理には十分に配慮してお過ごしください。今後も感染対策にご協力をよろしくお願い致します。

みんなで福笑いをやりました！



色々な「おかめ」や「ひよっこ」が出来ました♪



みんなでオニを作りました(^^)



みんなのお楽しみ

毎日食べたい「縁がわごはん」



健康にまつわるおもしろクイズ

乗り物酔いをした時に飲んではいけない飲み物はどれでしょう？

- ①炭酸水 ②柑橘系のジュース ③スポーツドリンク

答えは一番下へ↓



みんなでトランプ 楽しいねえ！



みんなでオニの色塗りをしました。



ゲームで一等になったよ！ ※写真撮影時のみマスクを外しています。

答え ②柑橘系のジュース

乗り物酔いをしている時に柑橘系のジュースを飲むと症状を悪化させてしまいます。。

逆に炭酸水は自律神経を整え胃腸の働きをよくしてくれます。

乗り物酔いを起こしやすい方は、乗車30分前に薬を飲んでおき、前日はしっかり睡眠を取りましょう。

