



寒さの中にも、少しずつ春の暖かい日差しが感じられるようになりました。日々、新型コロナウイルスへの感染対策へのご協力を頂きまして誠にありがとうございます。引き続きご協力をよろしくお願いいたします。



はさみでチョコキョキ
何ができるかな？



桜を見に行ったよ*



もうすぐ春ですね～



ひな祭り みなさん キレイにできました！



おひな様！みんなで作りました。



楽しいねえ♪



✕はさみも得意です♪



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

老眼を自覚し始める平均年齢は何歳でしょうか？

- ① 35歳 ② 45歳 ③ 55歳

答えは一番下へ↓



今月のおやつレシピは『春のうぐいすもち』

材料（10個分）

☆ 白玉粉	80g
☆ 砂糖	80g
☆ 水	150cc
☆ あん(市販)	270g
☆ うぐいすきなこ	30g



作り方

- ① あんを10等分して俵型に丸める。耐熱容器に白玉粉、砂糖、水を入れよく混ぜる。ラップをしてレンジ（600W）で3分加熱。
- ② 取り出して混ぜ、再度レンジで2分加熱しよく混ぜる。
- ③ うぐいすきなこを2/3量を広げたバットの上に②を取り出し10等する。
- ④ ③の生地であんを包みます。
- ⑤ つなぎ目を下にして、うぐいすきなこの上で、両端をつまんで、うぐいすの形にする。上から残りのきな粉を茶こしでふりかける。

答え ② 45歳

老眼を自覚し始める年齢は平均で45歳くらいだと言われています。

30センチ以上離さないと見えづらくなってきたら老眼の初期症状が出ている事になります。

最近ではスマホが普及して10代や20代の人達の間でも老眼の症状を感じる人が多くなり、

「スマホ老眼」と呼ばれています。

