



日に日に厳しい寒さも和らぎ、春の陽気を感じられるようになりました。日中はポカポカして過ごしやすくなりましたが、昼夜の寒暖差がありますので、体調管理に注意をお願いします。引き続きコロナウイルス、インフルエンザウイルス等、感染対策にご協力をよろしくお願い致します。

洗濯ばさみで手指の訓練！



たくさん出来ました！



桜を見に行ってきました(^^)



ネモフィラが満開です！



集中してます。



みんなのお楽しみ

毎日食べたい「縁がわごはん」



細かい作業も頑張ってます(^^)

## 健康にまつわるおもしろクイズ

「飲む点滴」と言われ江戸時代から重宝されている飲み物は？

- ①抹茶 ②白湯 ③甘酒

答えは一番下へ↓



みんなで桜の花作り✩

頑張りました！！

素敵な『しだれ桜』が出来ました。



答え ③甘酒

甘酒は「飲む点滴」と呼ばれるくらい栄養が豊富で疲労回復にも効果があります。アミノ酸・ビタミンも豊富で体への吸収も良いため、食欲がない時にもお勧めです。買うときは、砂糖を使っていないのを選ぶようにしてください。

