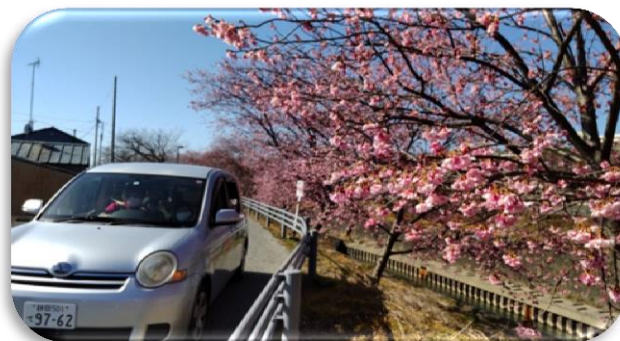




春の日差しが感じられるようになり花壇も賑やかになってきました。朝晩はまだまだ冷え込む日も続きますが、日中はポカポカ。縁側でウトウトしている利用者様の姿もみられます。天気の良い日にはお花見ドライブに出掛けています。次はどこに行きましょうか…リクエストお待ちしております♪



楽しくお花見ドライブ
掛川まで桃を見に行きました



やっぱり桜も見に行かなきゃね



とても真剣に鶴を折っています



お祝いをとても喜んで
くださいました



縁がわの庭にもカワイイ
お花が咲き出しました



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

日光を浴びると体にどのような効果があるでしょう？

- ①骨が強くなる ②筋肉が強くなる ③皮膚がんになりにくくなる

答えは一番下へ↓

今月のおやつレシピは『あんこの蒸しパン』

材料 (8個分)

☆ホットケーキミックス200g

☆あんこ150g(市販のもの)

☆牛乳100g

☆卵 1個

★8号カップ ★プリンなどのカップ



作り方

- ①8号カップをプリンカップなどの容器に入れる(生地を入れてもカップが開かないようにするため)
- ②☆印すべてを混ぜ合わせ、カップの8分目まで入れる
- ③沸騰した蒸し器にプリンカップごと並べて入れ、12分から13分蒸す
- ④竹串を刺して何も付かなければ出来上がり

竹串に生地が付くようなら蒸す時間を延ばしてみてください。

蒸し器はフライパンで代用もできます。沸騰した湯の中に直接カップをいれます。



今月の縁がわ癒やしスポットは
つるし雛です



島田市のひな祭りは旧暦で
お祝いします

答え ①骨が強くなる

日光には紫外線によって体内にビタミンDが生成されます。ビタミンDは骨を強くする作用があります。