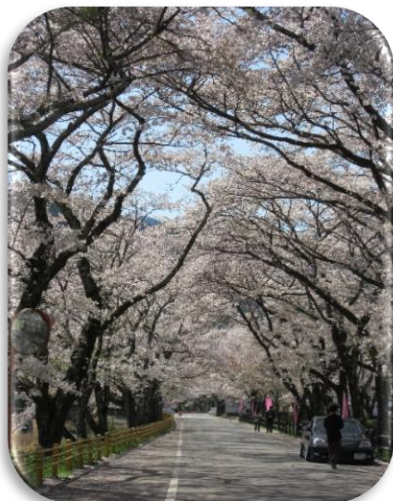




四月とはいえ、初夏を思わせるような陽気が続くこの頃ですね。みなさん体調にお変わりはありませんか？縁がわは新年度を迎え、理念に沿って「ていねいに心を込めて」対応させていただきますので、皆さまどうぞよろしくお願いいたします。季節の変わり目ですので体調管理に十分注意してお過ごしください。



天気の良い日には
お花見にいきました



みなさん協力しあって真剣ですよ



空港に行く途中の芝桜も素敵でしたー



青い空と菜の花畑
※こちらは壁画です 🌻



お誕生日おめでとう
ございます！



柿の葉も青々としてきました
今年は楽しみです 🍊



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

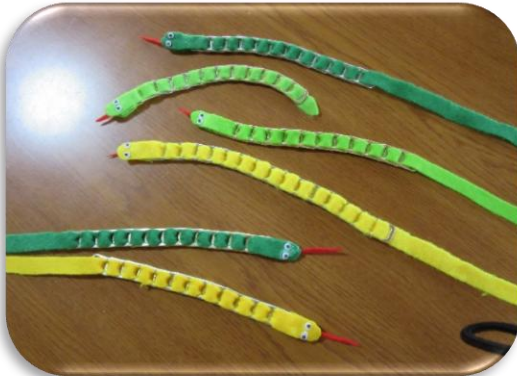
早食いを防止するコツはどれ？

- ① 味付けを辛くする
- ② 硬いものを食べる
- ③ ゆっくり味わって食べる



答えは一番下へ↓

利用者ご家族様より、作り方を教えていただきました。



ご質問、ご相談、空き情報などお気軽にお問合せください

答え

- ③ ゆっくり味わって食べる

早食いが習慣になっていると消化に負担がかかり体調を悪くされる方も多いです。胃腸の消化を良くするためにも早食いを防止してゆっくり噛んで食べるのが最適なのです。早食いを防止するのに一番実践しやすい方法は「ゆっくり味わって食べる。」ということです。ゆっくり味わって食べていると自然と噛む回数も増えて胃腸にも優しいので、是非、実践してください。