

あまこだより

平成27年3月号あまこだデイケア発行

桃のつぼみもふくらみ、日中はずいぶんと暖かくなってきましたが、寒暖定まらない時期ですので、くれぐれもお体をご自愛され、お顔を見せて下さる事を楽しみにしております。

今年のひなまつりに出された行事食です。



おやつ
の
桜餅です。

かにちらし寿司
が好評でした。

色んなレクリエーションを行っています。



< 3月のお誕生日 >

1日	大河内	芳子様
6日	浅見	允夫様
12日	岡谷	照様
14日	是枝	敬三様
18日	田口	春江様
23日	坂井	艶子様
28日	伊藤	千津子様
30日	武田	静江様

お誕生日
おめでとう



今月の壁画作品



< 花粉症対策 >

暖かくなると花粉が飛びはじめます。ヨーグルトや甜茶（てんちゃ）など花粉症に効果的とされる食物を摂取したりマスクやメガネなどでも防備しておきましょう。

スギ花粉

