

あまこだだい



平成27年4月号あまこだデイケア発行

花便りが各地から届く頃となりました。厳しい冬ほどじっと耐えた桜の木は、一際あざやかな花を咲かせましたが、風と共に桜ふぶきとなりました。花冷えの季節柄、体調に気を付けて下さい。

作品づくり (プレスレット)



レクリエーションの様子

< 4月のお誕生日 >

- 1日 三輪 詔世 様
- 10日 春原 廣恵 様
- 24日 田端 巖 様

おたんじょう日
おめでとう!!



今月の壁画作品



< “木の芽どき” は体調管理にご用心 >

昔からこの季節を“木の芽どき”と呼びます。木々が芽吹く頃は寒暖差が大きく気候が不安定なので体調が崩れやすい時期でもあります。春の土用はたらの芽や筍などの山菜を食べて、大地のエネルギーを体に取り込み、冬の間溜まった邪気（毒素）を出すことで、一年を明るく健康に過ごせると言われています。

