



手洗い・うがいを丁寧に、しっかり栄養と休息を摂ってウイルスに負けない身体作りをしましょう！！



2月はハートの壁絵



こんな感じかな？

皆さん真剣に餃子作り！



鬼は外～

豆まきゲーム！！

ある日のしもつき

こんなにたくさん出来ました！お昼ご飯に美味しく頂きました！

キレイに貼りましょ



午前中は壁絵やカレンダー作りなどの手作業を(^)



足の運動！

☆ しもつきコラム ☆

しもつきの庭では、ストック（アブラナ科の花）が色とりどりに咲き、その横ではチューリップの葉がぐんぐんと顔を出しています。

先日、健康器具を2品、寄贈いただきました。下肢筋力低下の予防に役立つようです。早速スタッフが体験し、その後でTさん（写真）が気持ち良さそうにトライされました。使ってみたい方はどうぞスタッフにお声掛けください。春を探しに、皆で元気にお出かけしましょうね。

♪ 音楽会 ♪



チューリップのカレンダー

今月のランチ🍱



皆さんと作った餃子定食♡

