



「おいしいいちごを食べよう！」  
 毎年いちご狩りにこの時期出かけていますが、コロナで叶わず…今年は荘内でいちごを食べることにしました！3つずつ袋に詰めて、どのいちごがいちばんおいしそうか、みなさんに選んでもらい、さて実食！練乳をかけて、さらにおい



しさを倍増！  
 「練乳がなくても甘いよ♪」「おいしい！」と大満足の様子でした☆コロナが落ち着いたなら、今度は外へいちご狩りにいきたいですね～♪♪



☆ごあいさつ☆  
 だんだん暖かい日が増えてきましたね！ポカポカ陽気が嬉しいです♪寒さが和らいだのはとても嬉しいのですが、私とはというと、毎年のことながら花粉症との戦いの毎日です。目薬とお薬が手放せませんみなさんは花粉症、大丈夫でしょうか？



寒暖差もあり、体調を崩しやすいです。良く食べて良く寝て、免疫力を高めましょう！何より、無理せず参りましょう！



R4.3.31 日創刊  
 担当：甲斐沙央里  
 責任者：稗島慎哉

HPもご覧下さい。  
<http://www.shina-i-kai.jp/tenmaso>  
 ボランティア随時募集しています！ご連絡下さい。  
 0545-71-4350  
 担当：稗島慎哉

**4月 イベント**

- 4月4日 園芸クラブ
- 4月8日 書道クラブ
- 4月15日 ショートレク
- 4月21日 カラオケクラブ
- 4月25日 クッキングクラブ
- 4月28日 理美容

てんま  
 ショート  
 ステイ



「パフェを作ろう！」  
 今月のショートレクは、パフェ作りのレクを開催しみなさんにトッピングをしてもらい、ました！生クリームにチョコレート色とりどりのフルーツを準備して、自由にトッピング！！



可愛らしくて美味しそうなパフェの完成です！  
 「豪華なのが出来たよ！」  
 「いろいろ乗せすぎちゃったかなあ♪」と、みなさん思い思いに仕上げて召し上がっていました。甘いものを食べて元気いっぱいになりました☆

