

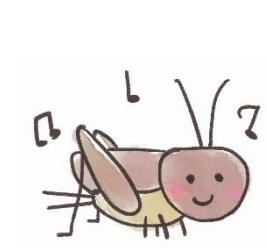
11月 めいぐる R6 46号



椅子取りゲーム
したよ☆



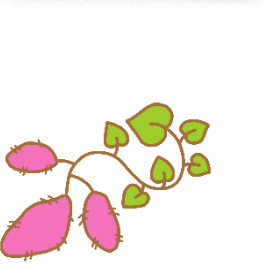
競争だ〜!



上手に
出来たよ♪



一緒に乗ると
楽しいね😊



サツマイモの皮にも栄養がたっぷりあって知っていましたか？
皮にはアントシアニンやクロロゲン酸が含まれ、
目の機能改善・糖尿病や脂肪肝の予防になります。
ぜひ、サツマイモを料理する際は皮付きで調理してみてくださいね♪

