



三寒四温の言葉どおり寒さと温かさが入り混じる毎日ですが、体調など崩されてはいませんか。

今月の豆知識。くしゃみや鼻水がでるなどの症状に悩まされる花粉症。実は沖縄と北海道では杉による花粉症になる可能性が低いんです。理由は、沖縄と北海道には人工で植えた杉林がほとんどないことが原因です。戦後の復興や都市開発により多くの材木が必要になり、国は杉の植林を奨励しました。ところが海外から安く材木が手に入るようになり、日本の杉の需要が低下し、多くの人工杉林が残る状態になってしまい、残っている多くの杉が、花粉をまき散らし花粉症を悪化させているそうですよ。花粉症の薬は早めに飲むのがいいらしいです。皆さん体調に気を付けてお過ごし下さい。



2025年3月

こんげつのよてい

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3 体重測定	4 芸術	5	6 スポーツ	7 カラオケ	8
9	10	11 スポーツ	12	13 芸術	14 自治会	15
16	17	18 やまびこ会納会	19 避難訓練	20 春分の日 開所日	21	22
23	24	25 カラオケ	26	27	28	29
30	31					

雪の坂でソリ滑り



雪のすべり台でソリ滑りをしました。何度も滑って楽しんでいました。

お楽しみランチ「餃子」



お楽しみランチで餃子を食べました。「おいしい！」と好評でした。

今月の貼り絵「鬼」

今月は節分の「鬼」です。フェルトを貼り付けて臨場感のある鬼ができました。

