

さくらんぼニュース

2019年8月3日発行

NO.38

長い梅雨が明けると、急激に暑さがやってきました。皆様、体調は大丈夫でしょうか。さくらんぼでは暑さに負けない体力づくりを目指してきました。これからは暑さ対策と水分や栄養の補給に気を付けて、夏を乗り越えましょう！



← いつもお世話になっているボランティアさん。ギター・歌の先生(左)、折り紙の先生(右)です。他にも傾聴のボランティアさんにお世話になっています。
☆6月にボランティア交流会をしました。



↑ 梅雨の晴れ間のお散歩です。雨上がり蒸しですが、久しぶりの外出にニッコリ。



↑ テラスでできた野菜を収穫しました。「早く大きくなあれ」とお世話したかいがありました。



← 7月の調理は具沢山そうめん、野菜の天ぷらです。テラスで育てた取れたてのピーマン、ナスやシソの葉なども揚げておいしくいただきました。