

こんにちは。ケアプランセンターなごみです。
いよいよ 12 月となりました。皆さま今年 1 年を振り返りどんな年だったでしょうか?
毎日寒い日が続きますので、風邪などを引かないよう、体調には十分気をつけてお過ごしください。私は健康のため YouTube をみて朝晩 10 分くらいストレッチをしています。気持ちいいですよ~。

さて、今回のブログは今年紹介させていただいた、
かわいいご家族（ペット）をプレイバック！
ご協力いただいた皆さまありがとうございました。



今年 1 年お世話になりありがとうございました。
それでは、また次のブログでお会いしましょう。