

わら 笑楽びだより

笑楽び塾 デイサービス

米沢市東大通 1 丁目 2-34-2



令和8年3月号



TEL37-1730 FAX37-1731

管理者 加藤 貴博

少しずつ寒さが和らぎ、日差しに春の気配を感じる季節となりました 🌻

3月頃になるとよく耳にする「三寒四温」という言葉があります。

これは、寒い日が三日ほど続いたあと、暖かい日が四日ほど続くという意味で、少しずつ春に近づいていく様子を表しています。この時期は、気温の変化が大きくなりがちです。そのため体が疲れてしまったり、風邪をひきやすくなったりします

😓 体調に気をつけながら、季節の移り変わりを楽しんでいきましょう♪ 🌻

3月もどうぞよろしくお願いたします 🌻



節分① 鬼は～外！福は～内！
無病息災を願って、みんなで鬼退治玉入れをしました 🍡



節分② 「豆入れ豆出しゲーム」と恵方巻きにちなんで「ダンベル巻き巻きゲーム」を開催 ▶



芸術活動では、毛糸でミニ帽子を作ったり、粘土で雪灯籠を作りました。完成後の笑顔が素敵です ✨



この日のランチは、「2種類のコッペパン弁当」でした 🍗 タマゴとあんバターどちらも美味しかった 😊



半日型での運動で、寒さを吹き飛ばすような常夏のフラダンスを行いました 🌺 アロハ～ 🍹 🐱



バレンタインデーにちなんで「コアホットケーキ」を作りました 🍷 チョコをたっぷりかけて甘～い 🍪