

H30.

6月15日 筋地サロンだより

ヤクルト
さんがくる♪



梅雨時、今日は晴れましたね。みんなの行いがいいのよね～ いっぱいお話して笑顔の花を咲かせました。



今から帰って何する？ 寝る。夕方から草刈り。
皆さん、働き者ですね。



ヤクルトさんのお話
バランスの良い食事と食物繊維と
運動でいろいろうちを出そう。



暑い日が続きますね。
草刈りしたらこまめに休んで水分飲んでね。
また会えるのを楽しみにしています。

夢プラン実行委員会