

お花見バスハイク

ヴィラ梅光5月号



佐賀県 鏡山に行き、お花見をして来ました。
桜散る中での食事に、笑顔がこぼれました☆
天気良く、景色も最高でした！！



桜も私も綺麗でしょ(^o^)



外で食べる食事は一段と美味しいです。



とっても良い天気だし、
景色は良いし、
桜が散る様子も素敵♪



唐津城も見てきました♡

ぼたもち作り

彼岸の日にちなんで、
皆さんでおはぎを作りました (^o^)



私の作ったのが一番おいしそうだね。



出来立ては、
本当に美味しい
わね！！



食事会

毎月恒例の食事会。
4月は揚げ物作りを
しました。
揚げたての海老や茄子、
野菜とお肉がとっても
美味しかったです！！

インフルエンザの流行が過ぎ去り、温かくなる季節。
ストレス等から来る、気分の落ち込みがこの時期に見られる人が多く、いわゆる五月病と言われるものです。睡眠時間や栄養バランスの取れた食事を規則正しく摂り、ゆとりのある生活を送りましょう！

広報委員会より