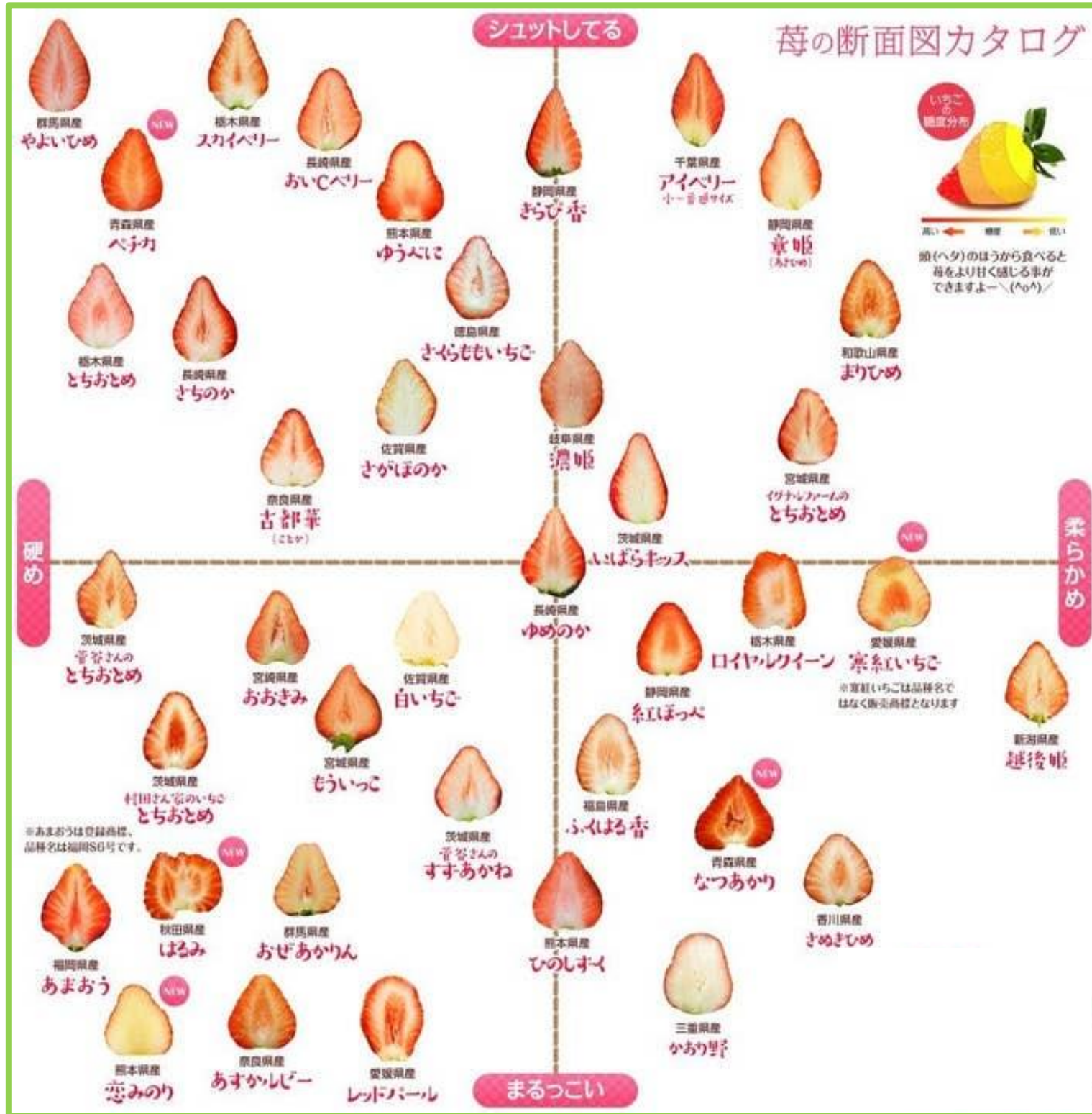


春の果物のリーダー 苺・イチゴ・いちご！！🍓

こんなに沢山種類があるの、ご存じですか？
知ってるイチゴはどれだけありますでしょうか(^ ^)



寿寿たより 2021年4月号



関西の桜
集めてみました！

大阪 造幣局

大阪にお住まいだと
見たことある方が
多いはず♪



京都 円山公園

寿寿のお隣にある
都島公園の桜も
綺麗に咲きましたね★



奈良 奈良公園

いちごは美味しいだけでなく、ビタミンCと葉酸が豊富に含まれているそうです。
ビタミンCといえばレモンですが、レモンに劣らざトップクラス！そしてこのビタミンCには血管や臓器の老化を防ぐ働きがあります。また、葉酸は血液の主成分である赤血球を作る作用があるため貧血予防にも効果的です！

美味しいイチゴを食べて、元気に春を迎えられると良いですね(^ ^) /

介護付き有料老人ホーム 寿寿—ことこと—
編集責任者 米田 豊

年度末のスペシャルデー!!



ケーキバイキング



3月31日

待ちに待ったケーキバイキングの日でした(^)/

たくさん並べられたケーキにどれにしよう?決められへんわ!全部食べたい!!
等、嬉しそうなお声をたくさんいただきました!!ケーキは都島ではお馴染みの
ジャンルプランさんのケーキですが「今日はお祝い?嬉しいね」と、やっぱりケーキ
が並ぶと特別感があるんでしょうね★お話ししながら召し上がられていましたよ!!



甘いものはやっぱり幸せな気持ちになりますよね!

お食事イベントが続いていますが、4月はお隣の都島公園にお散歩兼お花見です!
桜の残っている4月前半を予定していますので、ご希望の方が全員参加できるよう随時お声掛けさせていただきます
よろしくおねがいします★



とことこ 華々 お散歩日和



3月お誕生日の皆様

CONGRATULATIONS!



笑貴子さん
90歳



美代子さん
84歳



節子さん
93歳



歌子さん
96歳



日出男さん
89歳