



皆さん一緒に  
棒体操  
ストレッチ  
気分転換  
などなど  
効用が沢山



いつもの時間に  
お習字を  
上達上達！  
継続は力なり



日光浴を兼ね  
2階のテラスで花植を  
根がしっかり  
つきますように！  
適度な水遣りを



室内ボウリング大会  
楽しく盛り上がった  
ひと時でした  
賞品をもらい  
にこやかに！！

