

2018
4月

とても過ごしやすい季節になってきました！
散歩に出て気分転換や春の花をたくさん見て気持ちいいです！



天気も良くポッカポカ



鳥もたくさん飛んできます★



事業所近くの公園は緑もたくさんで
いつも違う表情を見せてくれます(〜♪)

なるべく外へ出て運動と気分転換をしていきます！
しっかり歩いて足腰の運動も大事ですね♪

室内でもたくさんアクティビティを行い、外でも運動を
頑張って行きます！！

パーク 中河原