

# たいよう通信

今月の  
ワンポイント

## 秋の養生

乾燥や喉の不調にオススメの、温かい梨の薬膳を紹介します。

1. 梨の上部を切り、芯をくりぬく。
2. 水大さじ1、氷砂糖1~2個かはちみつ大さじ1を入れる。
3. 切った上部でふたをして、ラップをしてレンジで7分~加熱してできあがり。



# 10月



ありがとうございます

ご厚意で頂いた綿あめマシーン。ふわふわもこも楽しんでおやつに食べました。



感覚遊び・製作・お習字等創作的意欲満点です



## 10月生まれのおともだち

- 10月7日 れいじ君 9歳
- 10月14日 ゆうご君 11歳
- 10月18日 ひなた君 7歳

おたんじょうびおめでとう!

最近流行りの風船バスケ。ルールを守って体づくり

