

新年度が始まり、ひと月が過ぎたこの頃 感染症などでお休みが目立ちます。

食欲がない時でも水分だけは十分にとるようにしましょう。

少し回復してきたら消化の良いうどんやおかゆなどから食べ始めましょう。

体調を整えて5月5日の子どもの日には ちまきや柏餅でお祝いをしましょう。

古川美奈子