

4月のレポート

ゆる体操



4月11日(土)、ゆる体操を行ったこの日は初夏のようなお天気の日で、エアコンを入れたり水分補給を充分に行いました。
体操2本、ストレッチ1本の動画が終わる頃は、みんな汗だく。
それでも「疲れるけど気持ちいい」と参加者達はいい笑顔を見せていました！

春散歩 ～玉川上水緑道散歩とカフェ～



4月24日(金)、前夜の雨が上がり、初夏の風が吹く緑道を散歩しました。
小さなカフェに寄り、外のテラスでおしゃべりすると時を忘れそうです。
こだわりのコーヒーの他、チーズケーキやスコーンも美味しく、素敵な時間になりました。

ウエルカム周辺の春



4月になって急に気温が上がり、ウエルカム周辺は春の花に囲まれました。
建物前にハナミズキ、農園にはブルーベリーの花と、ローズマリーの花が鈴なりでした。厳しい寒さを越えた花達は、店先の花とは違うたくましさとしさがあります。

ウエルカム農園始動！



今年も農園作業が始まり、有志のメンバーさんがお手伝いに来てくれました！
草を取って、土を作って、野菜の苗を植えました。野菜はミニトマト、ゴーヤ、ハーブです。オクラの種も撒きました。これから夏野菜をもっと増やしていく予定です。収穫できたら夕食会の食材として使っていきますので、楽しみにしてくださいね。