

花NETだより

【発行元】
 社会福祉法人 平舘福祉会
 障害福祉サービス 外ヶ浜花NET
 〒030-1411
 青森県東津軽郡外ヶ浜町字平舘根岸小川20-1

避難訓練(地震想定)



外ヶ浜花NETでは、毎月各ホーム毎に避難訓練を実施しています。9月の避難訓練はハイツさくらで[地震を想定]した訓練を実施しています。

- 地震の注意点として、
- ①まずはテーブルの下や座布団等で落下物から身を守る。
 - ②避難は揺れが治まってから開始する。
 - ③避難時には慌てず、必ず履物を履いて避難する。
 - ④ヘルメットは忘れずに！
- 以上を事前に説明したうえで訓練を行っています。

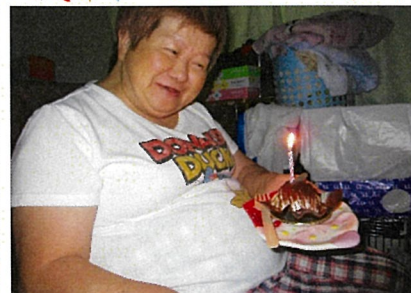
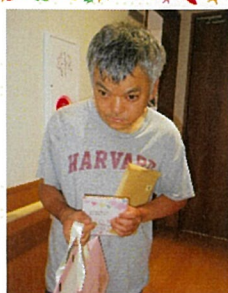


リフレクソロジー再開

コロナ禍で控えていたリフレクソロジーも再開しています。施術を受けることも気持ちいいですが、外部の人とコミュニケーションが取ることができるのも日常生活の中で必要なことだと実感できますね。

Happy Birthday

9月に誕生日を迎えたご利用者さんは2名でした。外ヶ浜花NETからミニアルバムをプレゼントしています。また、ご本人の負担ではありますが、少し贅沢な買い物ができるのも楽しみのひとつですな。良い1年でありますように。



今月のいちおしメニュー

【ハイツこすもす夕食】

- ・ひき肉と野菜のカレー
- ・福神漬け
- ・春雨スープ
- ・白菜とベーコンの炒め物
- ・もやしのナムル



令和5年10月予定

2日 (月)	買物外出	ハイツはまなす
13日 (金)	買物外出	ハイツあじさい
16日 (月)	買物外出	ハイツさくら
21日 (土)	買物外出	ハイツこすもす
28日 (土)	自治会集会、総合防災訓練 リフレクソロジー	