

# 花NETだより

【発行元】  
 社会福祉法人 平館福祉会  
 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館根岸小川20-1

## 日常の風景 second season

異常気象の影響か、今年の青森は本当に積雪が少ない年になりました。

積雪は少ないといってもやはりこの季節は感染症感染予防対策などもあり、どうしても活動が縮小傾向になってしまいがちです。

ということで先月号に引き続き、日常の風景を皆様にお届けいたします。



食卓に笑顔



洗濯物干してます



親友のパンくんです



青空の下でピース



HAPPY BIRTHDAY



リフレクソロジー①



リフレクソロジー②

### 今月のいちおしメニュー

【ハイツはまなす朝食】

- ごはん（納豆）
- オムレツ
- ソーセージ
- キャベツ千切り
- ほうれん草煮物
- みそ汁  
（豆腐・ネギ・ワカメ）
- ヨーグルト



### 令和6年3月予定

2日	（土）	買物外出（ハイツはまなす）
9日	（土）	リフレクソロジー
10日	（日）	買物外出（ハイツあじさい）
16日	（土）	買物外出（ハイツさくら）
23日	（土）	買物外出（ハイツこすもす）
24日	（日）	自治会集会