

# 小倉園便り



平成31年 3月1日号

早春の候、皆様風邪など召されずお元気にお過ごしでしょうか？

朝夕はまだまだ冷え込みますが、日差しが春めいてきました。

日ごとに暖かさがましてくるようになってきました。

今年は、桜の開花が早いかもしれませんね。

暖かい風につい気が緩みがちですが、引き続き体調管理には十分にお気をつけ下さい。

## 3月の予定

- |        |                 |
|--------|-----------------|
| 5日(火)  | お誕生日会           |
| 10日(日) | 市社協祭            |
| 12日(火) | 農協 郵便局支援        |
| 15日(金) | 施設長会議           |
| 19日(火) | 農協 郵便局支援        |
| 20日(水) | 懇談会             |
| 22日(金) | 理事会・評議員会        |
| 23日(土) | 職員研修会           |
| 26日(火) | 障害福祉サービス事業所集団指導 |

## 2月の出来事

- |        |           |
|--------|-----------|
| 1日(月)  | 節分 豆まき    |
| 5日(火)  | 誕生日会      |
| 7日(木)  | 習字教室      |
| 12日(火) | 金融支援      |
| 13日(水) | 嘱託医 往診    |
| 21日(木) | 金融支援 習字教室 |



2月1日（金）に 2日早い節分行事を行いました。  
職員扮する赤鬼・青鬼に「鬼は外 福は内」の掛け声と共に豆を投げ  
鬼を退治しました。  
皆様 笑顔いっぱい楽しく参加してくれました。  
あちこちで 笑い声が溢れ とても楽しい一時でした。  
袋入りの豆菓子は 鬼を退治後 みんなで美味しく頂きました



鬼は外!!  
福は内!!

## お鍋の日

寒い季節はあったかいお鍋がおいしいですね  
2月27日（水）うどんすき鍋をいただきました。  
野菜の苦手な方も、この日ばかりはたくさん食べてくれます。



# 調理実習



2月は、インフルエンザなど 感染症に罹ることを避けるため 外出を最低限に控え、園内活動に取り組んでいただきました。

調理実習では、3人～4人のグループでカレーライスを作りました。

女性のチームでは とてもかわいいカレーライスが出来ました。



# 健康体操

体力の維持と可動範囲の向上を目的に体操を行っています。

高齢化に伴い、転倒される方も増え

少しでも防げるように・・・

また、楽しい毎日をご過ごしていただくために

は、自分の足でしっかり歩くことを

目標に頑張っています。



転倒予防のため 足首を柔軟にするための体操に取り組んでいます。

私たち、支援員もまだまだ未熟ではありますが、利用者の皆様が少しでもバランス機能の向上・筋力アップを図る体操を行えるよう体操内容を自己研鑽していきます。



## 編集後記

2019年ももう3月です。

3月と言えば、女の子の節句「ひな祭り」ですね。我が家は今年も「ひな人形」を出すことなく終わってしまいそうな感じです。

小倉園では、毎年「ひなちらし・いちご・さくらもち」等でお祝いをします。

園での様子を少しずつですがお知らせしようと思っていますので、

楽しみしていただけると嬉しいです。

編集担当者

宮村三美