

小倉園便り

平成31年 4月1日号

桜や菜の花が咲き、春がやってきましたね。

さて、平成も今月末で終わりとなりますね。

因みに「平成」は「国の内外、天地とも平和が達成される」という意味ですね。

新年号は、本日4月1日が発表の日です。

来月号からは 新しい年号でお届けします。

皆様が平成最後の一か月を良き思い出で 締め括れば幸いです。

ゴールデンウィークについて

平成天皇退位 新天皇即位のため長期の休みが決定したところでは
ありますが、小倉園といたしましては

4月27日（土）～4月29日（月） お休み
4月30日（火）～5月 2日（木） 通常稼働
5月 3日（金）～5月 6日（月） お休みとさせていただきます。

帰省をされる方は 4月19日（金）までにお知らせください。

総務 宮村

帰省される場合当園に連絡して戴きたい事

1. 食事の有無
2. 外泊期間



4月の予定

1日(月)	辞令交付式
2日(火)	お誕生日会
10日(水)	絵画クラブ
11日(木)	習字教室
22日(月)	懇談会
23日(火)	買い物支援

たけのこ掘りも
予定しています。

3月の出来事

5日(火)	お誕生日会
10日(日)	市社協祭
12日(火)	お誕生日外食(1月生まれの方)
13日(水)	絵画教室
14日(木)	習字教室
19日(火)	お花見ドライブ
20日(水)	懇談会
22日(金)	お誕生日外食(2月生まれの方)
26日(火)	お誕生日外食(3月生まれの方)
28日(木)	吹き矢昇級試験

3月3日(日) 昼食です。



ひなちらし
茶わん蒸し
えびしんじょ
菜の花ひたし
さくらもち
いちご

私も一緒にいただきました。手作りでとても美味しかったです。

お花見ドライブ

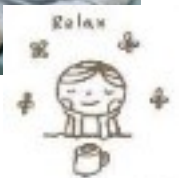
泉南のイオンまでドライブをして 外食をしてきました。

皆様、何日も前から楽しみにしてくれていて 笑顔あふれる1日となりました。

何食べる～
パスタ? ピザ?



お腹も満たされ 休憩タイム



スポーツ吹矢

小倉園では、希望者8名がスポーツ吹矢を練習し数々の大会にも参加しています。スポーツ吹矢は、5～10m離れた円形の的をめがけて息を使って矢を放ち、その得点を競うスポーツです。腹式呼吸をベースにしたスポーツ吹矢式呼吸法です。精神集中や血行促進、細胞の活性化に役立ち、内臓の諸器官にもよい影響を与えます。また精神力・集中力が身に付きます。



昇級試験にむけて練習中



3月28日（木）に練習の成果を発揮し昇級試験を受けました。

岡野 成保さん	2級	戎 久我子さん	2級
松田 進さん	1級	小山 泰寛さん	2段

以上の方が 合格されています。

編集後記 桜や菜の花等 色とりどりのお花が咲き乱れる季節になりました。同時に花粉症の季節でもありますね。先日、テレビで北山村のじゃばらが花粉症に効くと放送されていました。すぐに売り切れてしまい残念でしたが、改めて、私も含め花粉症に悩まされている方が多いのだなと感じました。心地よいこれからの季節を 皆様楽しくお過ごしください。

編集担当者 宮村三美