千年園通信
3月号　令和2年3月1日発行

皆様、暖冬小雪で雪が少なく過ごしやすい冬となりましたね。
今年度も残り１ヶ月！　新年度に向けて、健康管理も行い、新しい年度に挑みましょう！

陸上自衛隊弘前駐屯地 曹友会　雪灯篭作り

陸上自衛隊弘前駐屯地 曹友会の皆様が、当園に入所されなかなか弘前公園の雪灯篭まつりに足を運べない方に、少しでも雪灯篭を見て楽しんでいただきたいと、施設に雪灯篭を作っていただきました。この雪灯篭作りも今年で１７回目を迎え、毎年寒い中多くの曹友会の皆様に来園いただき感謝しております。

今年は暖冬小雪の影響で、灯篭を作る雪が足りず、ミニかまくらの制作となりましたが、夜に火の灯った光景は幻想的な雰囲気で、皆様楽しまれていました。

来年は適度に雪が降り、地域の皆様にも楽しんでいただいたり、一緒に参加して灯篭作りをしたりと、一緒に冬を楽しみたいですね。陸上自衛隊弘前駐屯地 曹友会の皆様、今年もありがとうございました。

節　分

２月３日の節分では、無病息災を願い豆まきを行いました。また、お昼にはこちらも無病息災を願い恵方巻を食べました。

世間では色々と騒がれていますが、豆まきと恵方巻で効果２倍！今年一年健康に楽しみたいですね。

３つの正しい「咳エチケット」

1、マスクを着用する

2、ティッシュ・ハンカチなどで口や鼻を覆う。

3、上着の内側や袖（そで）で覆う。

- 咳・くしゃみが出る時は、他の人にうつさないためにマスクを着用しましょう。マスクを持っていない場合は、ティッシュや腕の内側などで口と鼻を押さえ、他の人から顔をそむけて１m以上離れましょう。
- 鼻汁・痰などを含んだティッシュはすぐにゴミ箱に捨て、 手のひらで咳やくしゃみを受け止めた時はすぐに手を洗いましょう。
- 咳をしている人にマスクの着用をお願いしましょう。

3月の予定

3月の予定

７日	書道クラブ
３日	ひなまつり（行事）
１４日	コーラスクラブ
２１日	手芸クラブ

4月の予定

4月の予定

４日	書道クラブ
１１日	コーラスクラブ
１８日	手芸クラブ

お出汁の日

あおもり食命人

「お出汁の日」では日頃の味噌汁などへの出汁の活用はもちろんのこと、おかずにも出汁の活用を行い、減塩されてもおいしく、スープを飲み干しても塩分を取りすぎないお料理となっており、利用者の皆様からも好評の声をいただいています。

ご案内

行事やクラブ活動、その他施設利用等について、ご不明な点は遠慮なくお問い合わせください。
その他、当園の詳しい情報はホームページからも確認できます。
ホームページアドレス：http://www.chitose-kai.or.jp/
当園の行事や出来事をお知らせしているブログも随時更新中！

ホームページ QR コード

３月の事務お休みについて

以下の日は事務がお休みとなっています。尚、利用料などにつきましてはお預かり致しますが、領収書の発行は後日となります。ご不便をおかけし申し訳ございませんが、ご理解のほどお願い致します。

１日、７日、８日、１５日、２０日
２１日、２２日、２８日、２９日

社会福祉法人千年会
障害者支援施設　千年園
相談支援事業所　ちとせ

住所　弘前市大字原ケ平字山中３９－１
電話　0172-87-4888
FAX　0172-87-4885
担当　相談支援事業所ちとせ
相談支援専門員　櫻井
青森県医療的ケア児等コーディネーター養成研修修了

プライバシーマーク 14400029(04)