

# 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



## プチお花見

今年は全国各地において記録的な早さで桜前線が通過しており、ここ青森は外ヶ浜町でもこれまでない時期に桜の満開を体感しています。昨年までの車窓からのお花見とは違い、桜を直接間近で楽しめることや、記念撮影もマスクなしでできる開放感があり、コロナ禍からの脱却を少しずつ感じることができています。

今後は少しずつにはなりますが、外出の機会の確保や余暇活動の充実をはかっていこうと思っています。



## マイナンバーカード

外ヶ浜町役場本庁においてマイナンバーカードを取得してきました。健康保険証はもちろん、身分証明にも使えるため、有効活用していきましょう。



## 外ヶ浜町議会選挙期日前投票

4月23日（日）は外ヶ浜町議会選挙投票日でした。希望者を募って期日前投票にでかけてきました。



## 今月のいちおしメニュー

### 【ハイツあじさい夕食】

- ・ごはん
- ・お味噌汁
- (ネギ、もやし、油揚げ)
- ・カレイ竜田揚げ黒酢あん
- ・ベーコン白湯炒め
- ・やわらか金平ごぼう
- ・たくあん、高菜胡麻和え



## 令和5年5月予定

- 3日（月）買物外出 ハイツはまなす
- 14日（金）買物外出 ハイツさくら
- 17日（月）買物外出 ハイツあじさい
- 22日（土）買物外出 ハイツこすもす

