

# 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

## そとがはままち港まつり2023

7月16日(日)蟹田漁港において4年ぶりの開催となった『そとがはままち港まつり2023』にハイツこすもすのご利用者が遊びに行ってきました。天候が心配されましたが、皆さんの日頃の行いが良いおかげで傘もささずに楽しめました。

ステージではりんご娘のジョナゴールドさんが会場を盛り上げてくれており、ローカルアイドルを生で見れる貴重な体験もできました。

最後は雨も降ってきて早めの退散となりましたが、きゅうりやおでん、焼きそば等各々好きな食べ物を露店で購入し、久しぶりの祭りの雰囲気を楽しむことができました。



## リフレクソロジー再開!

新型コロナウイルス感染予防で見送りとしていた出張リフレクソロジーも再開しました。先生とも数年ぶりの再会となり、皆さん笑顔で施術を受けることができました。月1回のペースで実施していきます。



～ 急 募 ～  
 外ヶ浜花NETでは補助人(世話人補助)を募集しています。

- 【業務内容】
- ①朝食・夕食の提供  
外注食材が届くため複雑な調理は必要ありません。
  - ②ご利用者の日常生活のお手伝いや見守り。
  - ③グループホーム内の清掃。
  - ④検温や血圧測定などの記録作業。
- 【就業時間】(相談に応じます)  
 2日/週 6:00~10:00  
 16:00~20:00
- 経験不問、男女年齢不問  
 興味のある方はお気軽に連絡ください。  
 ☎0174-25-2898

## ランチタイム (外食編)

外出の機会が増えてきています。そうになるとやっぱり楽しみは外食ですね。ハイツはまなすの外出では、西バイパスの『たか久』さんにお世話になりました。いつもすごく良くしていただいています。おそば、カツ丼、ハンバーグ等メニューも豊富でいつも迷ってしまいます。



## 今月のいちおしメニュー

- 【ハイツさくら屋食】
- ・五目釜めし
  - ・豆腐の塩麻婆炒め
  - ・ソーセージとコーンのソテー
  - ・白菜と柚子の煮物
  - ・みかん



## 令和5年8月予定

- 4日(金) 買物外出 ハイツはまなす
- 7日(月) 買物外出 ハイツさくら
- 17日(火) 買物外出 ハイツあじさい
- 26日(土) 買物外出 ハイツこすもす
- 27日(日) 自治会集会