

5月行事予定

- 1 (月)
- 2 (火) 八十八夜
- 3 (水) 憲法記念日
- 4 (木) みどりの日
- 5 (金) こどもの日
- 6 (土) 立夏
- 7 (日)
- 8 (月) ガール美容室
- 9 (火)
- 10 (水)
- 11 (木)
- 12 (金)
- 13 (土)
- 14 (日) 母の日
- 15 (月) 散髪日
- 16 (火)
- 17 (水) お楽しみランチ
- 18 (木)
- 19 (金)
- 20 (土)
- 21 (日) 小満
- 22 (月)
- 23 (火)
- 24 (水)
- 25 (木)
- 26 (金)
- 27 (土)
- 28 (日)
- 29 (月)
- 30 (火)
- 31 (水)



★今月一品★
「アスパラガスの肉巻き」
アスパラガスは、抗酸化ビタミンを含んでいます。抗酸化ビタミンは動脈硬化を起こしやすくする過酸化物質を作り出すのを防ぎます。

御家族の皆様へ

今年例年に比べ桜も早く咲き、春の山菜も見られるようになりました。木々の芽吹くこの時季は気温差も大きく体調を崩しやすい為、気候に合わせて体調管理していきましょう。

12・1・2・3月 誕生会



3月16日(木)にレストラン瑞穂にて12、1、2、3月期誕生会を開催しました。誕生者の紹介とプレゼント贈呈、そしてゲーム大会を行ないました。うなぎ釣りやコップ積み、ボール送りと、久しぶりの催しという事もあり、笑顔と声援に包まれました。大歓声の中、両チーム互いに検討を称え合い、ゲーム大会は幕を閉じました。



不在者投票



4月3日(月)に緑青園ふれあいステーション内にて青森県県議会議員選挙の不在者投票を行ないました。利用者の皆様は候補者の資料をじっくり確認し、それぞれ期待を込めながら思い思いの各市町村立候補者に投票していました。

行事の様子等ホームページに載せておりますので是非御覧ください。

URL <http://ryokufu.or.jp>

緑青園

検索

