寿楽園だより

No.501
令和6年 4月

心地よい温もりの中で迎える朝は、小鳥のさえずりも軽やかに響き、うららかな春の一日が始まります。心待ちにしていた桜も見頃を迎え、満開の桜の下で恒例のお花見を予定しています。美味しい手作り弁当をいただきながら、歌や踊り、ゲームなど楽しんで春を満喫しましょう。

お誕生日おめでとうございます。
3月生まれのみなさんです。

長嶋きみ江さん　塚越園長　岩﨑依子さん
下田芳久さん　田巻桂三さん

☆4月号の問題☆

□に中にひとケタの数を一つ入れて式を完成してみましょう。

```
    2  □
×   □  2
    □  □
2   □
□   2  □
```

※お知らせ
クイズの答えを職員までお持ちください。
正解者に粗品を差し上げます
（〆切　4月15日）

4月の標語
二度とない人生だから
いい仲間と
いい一日を

3月の楽しい思い出

梅林見学
（11日）
梅林見学に出かけました。
お天気に恵まれ、ひと足早い春の一日を楽しみました。
梅の花がとてもきれいでした。

3月の答え
132

満開の河津桜を見学しました（13日）

4月の行事予定表

日	曜日	午　前	午　後
1	月		
2	火	11:15～お花見	
3	水		
4	木	9:30～歌謡クラブ	診療
5	金		13:30～ゆるやか体操クラブ
6	土		
7	日	8:45～古紙・古着回収	
8	月		
9	火	体重:血圧測定（本・別）	診療
10	水	10:00～川柳クラブ	
11	木	11:30～お誕生会	
12	金		
13	土		
14	日		
15	月		
16	火		診療
17	水	9:45～買い物ツアー	15:00～給食委員会
18	木	9:30～歌謡クラブ	13:30～書道クラブ
19	金		13:30～ゆるやか体操クラブ
20	土		
21	日	8:45～古紙・古着回収	
22	月		
23	火		
24	水	10:00～川柳クラブ	
25	木	体重:血圧測定（別・本）	13:30～健康麻雀クラブ　診療
26	金		
27	土		
28	日		
29	月	昭和の日	
30	火		診療

※土曜・日曜・祭日は隔週で午後1時30分よりDVDの上映を致します

別館に図書館を作りました。
是非のぞいて、利用しましょう。

舌体操
効果：舌の動きや働きがよくなり言葉をはっきり発音するのに役立ちます。また、唾液が出やすくなるので、口の中が乾燥しにくくなり、食べ物も残らないようになります。

いつ：食前がおすすめです。舌で食べ物をまとめる働きが高まります。あやまって食べ物が気管に入ることを防ぎます。