

ここ倶楽部 便り... 第159号

〒430-0814 浜松市南区恩地町 263 番地 TEL:053-427-3244 FAX:053-427-3248

ホームページ <http://genekikko.com/>

Eメールアドレス life.care@asahi-net.email.ne.jp

平成26年11月5日発行

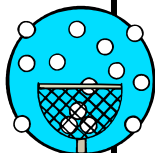


大運動会 チーム東が優勝!

10月10日(金)晴天!ここ倶楽部の大運動会が開催されました。手作りのいろいろな国旗が下げられ、選手が勢ぞろいする中、聖火(?)が入場。選手宣誓をした後、競技スタート!チーム東、チーム西、それぞれ、こっそり練習を重ねてきました。鉢巻をしめて、気合を入れます。

◆プログラム◆

1. 聖火入場
2. 選手宣誓
3. ラジオ体操
4. 玉入れ
5. 応援合戦
6. あめ拾い
7. 借り人競争
8. パン食い競争
9. 表彰式



チーム東

優勝
おめでとう★



一番明るい人! 正解!



いい顔♪



がおおお! 夢中です^^



一番えらい人!
やっぱり...!



あなた、誰?



一番きれいな人?
無理やり言わせてるでしょ!



本当に身長161cmだった! ビンゴ!



おしろい、塗ったの

日本転倒予防学会 第1回学術集会

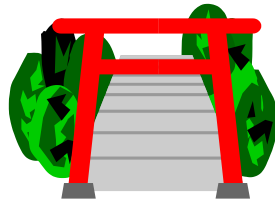
10月5日(日)、東京大学で開催された学術集会で、「出歩く人に、元気くる! ~つながりを重視した認知症・転倒予防活動~」と題して、ここ倶楽部での活動を発表してきました。会場から、「とても良い取り組みをしている。」「心の評価をしてみたらどうか。」と、ご意見や感想が出て、反響がありました。

また、ランチョンセミナーで、国立長寿医療研究センター理事長・鳥羽研二先生のお話を伺いました。「フレイル(つまりは老衰。年をとり、筋力や活力が低下した状態。健康と病気の間。放っておくと、介護が必要になる状態。①疲れやすくなる、②歩くのが遅くなる、③体重が減る、この3つが重なると認定される。早めに気づき、運動や栄養で、改善も可能。)フレイルには、体、心、社会性などいろいろな要素が関わっておきる。転倒予防のためには、運動に加え、認知症予防、社会的交流などが大事である。」とのこと。

ここ倶楽部では、認知症予防や地域交流・異世代交流などを積極的に行っています。だから、ここ倶楽部は、約10年間、転倒骨折事故がゼロなんですね。



イベントは、ご利用者、ご家族、地域の方...どなたでもご参加いただけます。詳細につきましては、スタッフに、お気軽にお問い合わせください。



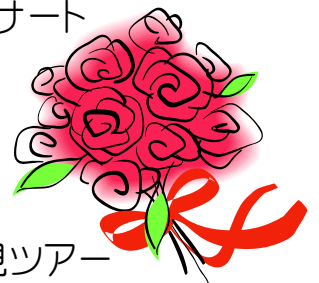
◆◇お断り◇◆

11月21日(金)・22日(土)は、一泊旅行のため、臨時休業とさせていただきます。

尚、12月のお泊りサービスも、お休みさせていただきます。ご了承下さい。

11月のイベント

- 5日(水) 喫茶・フレンズ
- 10日(月) 健康長寿食ランチ
スピーカーコンサート
- 11日(火) ピーナッツ
- 12日(水) 青空市
- 15日(土) 磐田市より視察
- 18日(火) フットケア
福祉の魅力発見ツアー
- 19日(水) 喫茶・フレンズ
プリザーブドフラワー教室
- 21日(金)~22日(土) 一泊旅行(伊勢・鳥羽)
- 25日(火) 折り紙教室(サンタさんBOX)
- 26日(水) わ・輪・和カフェ



■ お知らせ ■

☆ホームページ☆

<http://genekikko.com/>
毎日更新中!

★編集者のキャサリンです。
最近、私、正夢を見るんです♪寝るのが
楽しいです...って、寝坊の言い訳か^^;



ここ倶楽部

〒430-0814 浜松市南区恩地町 263 番地

TEL;053-427-3244

FAX;053-427-3248

(株)LCウェルネス

〒430-0814 浜松市南区恩地町 263 番地

TEL : 053-426-0691