



弘寿園通信

マッサージ治療院機能を融合したデイサービス

平成27年8月号

発行：デイサービスセンター弘寿園

マッサージと温泉の弘寿園

デイサービスセンター弘寿園は、あん摩指圧マッサージ師が機能訓練の中心となり個別機能訓練や集団訓練、温泉入浴や足湯、床暖浴との相乗効果で血行の促進を促し心身共に健康な身体づくりをお手伝いいたします。



デイサービスの一日の締めくくりには甲州弁ラジオ体操で体を動かしていただいています。

熱中症や脱水に注意しましょう！！

毎日暑い日が続きますがいかがお過ごしでしょうか？熱中症や脱水を予防するために下記の2点について注意しましょう。

① 暑さを避ける。

出来るだけエアコンや扇風機を使用し室内を涼しくしましょう。

② こまめに水分補給をする。

室内でも室外でも喉の渇きを感じなくてもこまめに水分や塩分を補給しましょう。

厚生労働省 HP より引用

座ったまま出来る手軽な運動のご紹介

元気に体のばし

脇腹を伸ばしたり足首を動かすことで内臓の働きや全身の血行を良くします。足首の運動はふくらはぎの筋肉を鍛え転倒防止につながります。

機能訓練員 佐藤真由美

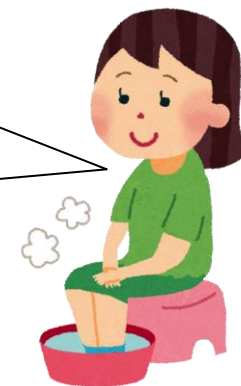


機能訓練や温泉入浴の合間には、ゲームや軽作業・手芸・書道など利用者様が取り組みたいことを行っています。写真は切り絵を行っているところです。

足湯の効果について

足湯には下記の4つの効果があります。

- ① 血液循環の改善
- ② 体温を上げて免疫力アップ
- ③ 疲労回復効果
- ④ 自律神経のバランスを整える



社会福祉法人 天寿会 デイサービスセンター弘寿園
〒406-0024 笛吹市石和町川中島 1160-1
Tel 055-234-5611 fax 055-234-5612
Email : koujuen5611@outlook.jp

デイサービスセンター弘寿園の空き状況

日頃よりデイサービスセンター弘寿園をご利用いただきありがとうございます。月・金曜日は若干の空きがあります。個別機能訓練（マッサージ）や送迎も十分に対応ができるよう準備しておりますので、新規ご利用者様・利用日追加のご相談等、今後ともデイサービスセンター弘寿園をよろしく願いいたします。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
△	◎	◎	◎	△

◎ 5名以上空きあり

○ 3名の空き有あり

△ 1名の空き有り

× キャンセル待ち

サービス提供時間 9：30～16：45

サービス提供地域 笛吹市・山梨市・甲州市・甲府市

利用対象者 要支援1 ～ 要介護5

※ご見学も可能です。お気軽にお問い合わせください。

『お問い合わせ先』

デイサービスセンター弘寿園

〒406-0024 笛吹市石和町川中島 1160-1

TEL 055-234-5611 fax 055-234-5612

担当 生活相談員 町田朝陽・廣瀬優子