

～ハーブ wa NICE デイ～

Mariko の癒しスポット



綺麗な景色に
心も元気。

私の住んでいる地域には豊かな自然があふれています。その中でも有名なものが達沢不動滝。滝つぼに回りこんで裏側を通る事もできマイナスイオンもたっぷり！秋には紅葉による絶景が楽しめます！

VOL. 3



スポーツ DAY

介護員の関です！

私の趣味はバドミントンです。猪苗代カメリーナ体育館で月曜日と水曜日の2時間、体を動かしています。会津地方の様々な大会へ出場し、今年の北会津大会では団体3位となりました！他のチームに比べると年齢層が高く勝ち抜くのは大変ですが、「怪我せず楽しむバドミントン」を目標にしています。



三國の部屋 猪苗代地名ミニ知識 「小平瀧天満宮」

小平瀧天満宮は「京都北野天満宮」「九州大宰府天満宮」とあわせ日本三大天満宮と呼ばれています。当時右大臣であった菅原道真が祭られており、道真は政敵によって九州の大宰府に流されそこで死去。しかし死後の京都では日照りや災害、都で異変が数多く起こり、道真公の祟りではないかと恐れられていました。魂を鎮めるため、神様として祭られたのが始まりです。

秋が足音をたて通り過ぎ、あっという間に磐梯山に白い化粧がかかる時期になりました。秋は果物狩りや紅葉ツアーといった外で歩く機会も多くありましたが、これから日に日に寒さが増してきますので室内で楽しく体を動かして、寒さに負けずホットな冬を過ごしましょう！今後、クリスマス会や忘年会といった季節に沿った楽しい行事をたくさん企画しています。皆さん、ぜひご参加下さい！

ケアテルデイサービスセンターハーブの園猪苗代で元気よく笑顔溢れる毎日を過ごしていきましょう！

モモフロ・ジエウト

ケアテルデイサービスセンターハーブの園猪苗代では毎月様々な行事を行っています。その中で職員のパフォーマンスを度々披露させていただいており、私が主にダンスの振り付けを担当しています。9月はミュージカル「コーラスライン」に挑戦しました。ご利用者様も一緒に踊っていただけるフラダンスやフォークダンス等も行っており、皆さんとても楽しく参加されています。



皆さんも
Let's Dance!



出張！アベファーム

生活相談員の阿部です。私の家では野菜を作っています。伯父ヶ倉の長芋は土が良いのか、ほかの土地で作られた長芋よりぬめりが強く甘みがあります。また長芋のぬめり成分「ムチン」は新陳代謝を促進し、老化予防、肌荒れ、疲労回復、便秘の改善、ダイエットに効果的です。



お問合せ

ケアテルデイサービスセンターハーブの園猪苗代
福島県耶麻郡猪苗代町大字千代田字トヤガ崎 38 - 1

TEL: 0242-62-5226 FAX: 0242-62-5229 担当: 大越、阿部