



安心プラス®下三栖通信

2022年8月号

発行責任者:管理者 小山真一



体験利用・見学も大歓迎😊!
お気軽にお問い合わせください

2022年7月末現在の空き情報

空き状況	月	火	水	木	金	土
	0人	3人	2人	0人	4人	1人

☎075-632-8282

担当:小山・森本・尾崎

スポット(予定日以外)利用も対応しますのでご相談ください!

NEW!

錘(おもり)を付けての訓練

下三栖では、錘を使っての筋力訓練を今月よりスタートしました。膝を伸ばす訓練・太ももを上げる訓練を中心に行っています。この訓練をすることで骨や血液循環をよくしたり、夜間排尿や浮腫みの改善が期待できます。デイだけでなく普段の運動が物足りない方でも錘を使えばだれでも簡単に効率よくトレーニングが行えます。自主トレ用で購入を検討される方などおられるほど好評いただいています。



出来たの声

🌀K.S様『1時間かかりましたが地図パズルを初めて完成することができました🎵』

🌀T.O様『1年ぶりに足を摺らずに200m歩くことが出来た🎵』

🌀K.M様『700gの荷物を片手で持ちながら600m歩くことが出来た🎵』



機能訓練士 中優樹の知恵袋



アニサキスについて

日本では古くから刺身や寿司など生のままで食べる文化があり、流通システムの発達により新鮮で美味しい生魚料理を味わえる機会が増えてきました。

アニサキス症の原因食品はアジ・サンマの刺身、寿司、海鮮丼等々でアニサキスは通常料理で使う程度の酢や醤油では死にません。

しめサバでの感染報告も多くあります。症状はなんといっても差し込むような激しい胃の痛みでたった1隻(隻=アニサキスの数え方)の感染で発症します。感染を予防するために私たちができることは加熱調理(60°C数秒で死滅)すること、生食の場合は目視確認で取り除く、よく噛むことも予防になります。アニサキスを心配して、天然魚介類の生食を避けるのは、日本の食習慣を考えると難しい面があります。そのため、感染予防法をしっかり意識して美味しい旬の魚介類を楽しみましょう。



8月のディスプレイ 打ち上げ花火

色とりどりの色紙で飾り輪を作成し夜空色の模造紙に花火のように貼り付けてみました。お客様と共に作成する時間は職員にとっても楽しみしかありません。いつもありがとうございます!



8月の『SDGs』への取り組み



CO2削減に協力するため
無駄なアイドリングを
しないよう心がけます
こまめにエンジンを切ります!



※写真掲載はお客様の許可を得ています。