

みんなの 広場

総合南東北福祉センター八山田
特別養護老人ホーム
南東北グランプラス八山田
通所介護
南東北デイサービスセンター八山田
南東北八山田居宅介護支援事業所
就労継続支援事業所 ジョブステップ八山田
児童通所支援事業所 さくらんぼ
児童通所支援事業所 すだち
指定特定相談支援事業所 南東北さくら館



☆明けましておめでとうございます☆

<http://www.fukushi-yatsuyamada.com/>

ホームページでは各施設の行事や普段の様子、ショートステイ、デイサービスの空き情報などがご覧いただけます。

冬の運動不足を解消するには？

今回の記事では、冬の間おうちで簡単にできる運動の紹介や、日常的に体力維持につながる工夫などをご紹介します。

①NHKラジオ体操やみんなの体操を利用しましょう

もっとも手軽なのが、NHKのラジオ体操やみんなの体操です。1日2回放送しており、立って行う運動だけでなく、椅子に座った状態でもできる運動も紹介しています。おおよそ5分程度の短いものですが、継続して行えば運動不足解消の手助けになります。

②自治体で高齢者向けスポーツや運動を行っているかチェックしましょう

自治体によっては、それぞれ高齢者向けに運動やスポーツのサークルを紹介しているところもあります。こうした情報は地域に根ざしているため、お住いの自治体の公式サイトを確認したり、地域包括支援センターで聞いてみましょう。

(郡山市のホームページ⇒組織のご案内⇒保健福祉部⇒地域包括ケア推進課⇒業務案内⇒福祉・介護⇒高齢者福祉のところに様々な情報があります)

③デイサービスを利用して運動不足を解消しよう

運動不足解消のためにもデイサービスの利用をおすすめします。デイサービスなら、専門家によるプログラムで楽しく、それぞれの体力にあった運動ができます。仲間もできますし、介護をしている家族がその間「自分の体を休められる」というメリットも大きなポイントです。ご本人にとっても、家から出て外で仲間と一緒に運動するのはリフレッシュにもなります。



事業所から
お知らせ

総合南東北福祉センター八山田

1月・2月スケジュール

事業所名	1月	2月
センター全館	オレンジカフェ(22日) ※開催についての詳細はホームページに掲載しています。	オレンジカフェ(26日) ※開催についての詳細はホームページに掲載しています。
グランプラス八山田	新年会	節分
デイサービスセンター八山田	新年会/団子さし パン購入 足湯 わくわく体操週間	節分 パン購入 わくわく体操週間
さくらんぼ・すだち	誕生会 製作活動 レクリエーション	誕生会 製作活動 レクリエーション
ジョブステップ八山田	デイサービスセンター八山田パン販売 オレンジカフェパン販売	デイサービスセンター八山田パン販売 オレンジカフェパン販売 勉強会

ジョブステップ八山田 パン販売 スケジュール

曜日	販売場所	販売時間
月	南東北医療クリニック	11:30~
	総合南東北福祉センター八山田 合同庁舎	12:00~ 11:30~
火	南東北医療クリニック	11:30~
	郡山市役所(西庁舎)	12:00~
水	南東北医療クリニック	11:30~
	総合南東北福祉センター八山田	12:00~
木	南東北医療クリニック	12:00~
	高齢者等複合施設 達座(大町)	13:00~
金	総合南東北福祉センター(日和田)	12:20~
土	南東北医療クリニック	11:30~
	総合南東北福祉センター八山田	12:00~

みんなの広場

2022年1月1日発行

■発行/(社)南東北福祉事業団
総合南東北福祉センター八山田
郡山市富久山町八山田字土布池55-1
☎024(954)8501(代表)

介護職、介護支援専門員、保育士、正社員募集!!

ホームページアドレス <http://www.fukushi-yatsuyamada.com/>
詳細はホームページに掲載しています。

お問合せ

総合南東北福祉センター八山田
TEL.024-954-8501

【受付時間】
8:30-17:00(平日)

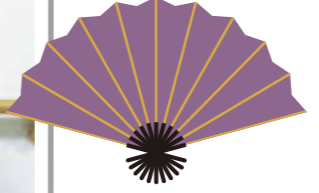
法人紹介動画がご覧になれます▶



特別養護老人ホーム
南東北グランプラス八山田

新年のご挨拶

新年、明けましておめでとうございます。
旧年中は大変お世話になり、グランプラス職員一同心より御礼申し上げます。
本年も、更なるサービス向上と感染症対策に努めて参りますので、どうぞ宜しくお願い致します。皆様のご健康とご多幸を心よりお祈りし、新年の挨拶とさせていただきます。



通所介護
南東北デイサービスセンター八山田

クリスマス会開催

12月13日と15日にクリスマス会を開催しました。

まず初めに、利用者さんへクリスマスの由来やクリスマスにまつわるお話を行いました。その後、職員による「サザエさんダンス」と「クラップダンス」を披露しました。馴染み深いサザエさんの曲に合わせたダンスや、楽しく踊るクラップダンスを、手拍子しながら笑顔で見ているいらっしゃいました。



就労継続支援事業所
ジヨブステップ八山田

みんなで大掃除

ジヨブステップ八山田では12月18日(土)に「来年も気持ちよくお仕事ができますように」と施設内の大掃除を行いました。
日ごろ使用しているフロアや調理室、自分たちのロッカーなど、作業を分担してみんなで協力しながら取り組みました！



児童通所支援事業所
さくらんぼすだち

明けましておめでとうになります

新しい年の始まりは、喜びと期待で心が弾みます。
さくらんぼすだちで、お友達と一緒に過ごしながら「お友達と遊ぶ楽しさ」や「お友達を思いやる気持ち」を学んできた子ども達も、心も体も大きく成長しました。
今年も、ご家族の皆様と子ども達の健やかな成長を願いながら、笑顔あふれる毎日になるよう、新しい体験を広げていきたいと思っております。

