



～ひかり向島通信～

- Anshinplus Mukaijima -

2024年11月号

『ひかりサロン 安心プラス向島』～みなさまどうぞよろしくお願ひいたします～

10月のサロンニュース！トピック

- 毎年恒例『向島まつり』参加しました！！
- 屋外歩行で向島中央公園にいきました。！！

『向島まつり』に参加させて頂きました！！！！

皆さんこんにちは😊
 今年も「ひかりサロン」クルー全員で健康チェックブースに参加させて頂きました。今年は雨予報☔や選挙の事もあり当日どうなるかと思いましたが、最高の秋晴れ☀️選挙終わりに来られる方もたくさんおられ、去年よりも沢山のお客様の体重、筋肉量、水分量などを測定する事ができました。様子を見に来て下さった方、本当にありがとうございました。



合計135人計測
過去最高人数！



可愛い作品ですね



セルフレジも脳トレですね



いい天気です！いっぱい歩きました



しっかり踏げてます！



屋外歩行訓練：屋外歩行で気分転換と下肢筋力アップ効果があります。

ひかりサロン 安心プラス向島…近商ストア向島店 2階にあります！

要介護状態にならず、今の生活を継続する事を目的とした事業です。

我々、スタッフが健康づくりのお手伝いをいたします。

友人紹介等、体験のお問い合わせなど…☎075-605-3380または

FAX) 075-605-3387(担当:岡野・森本)

お困りごと・ご相談などお気軽にお問合せください!(^^)!

* 写真はお客様の許可を得ています。

10月の最優秀写真賞



運動の秋という事で、向島ニュータウン中央公園に屋外歩行訓練に行ってきました。ドングリを拾ったり、鳩を眺めたり、蚊に刺されたりと季節を感じて歩行する事で、気分転換と下肢筋力の向上に繋がります。来月は紅葉に行きたいですね



屋外歩行訓練中



サービス時間	月	火	水	木	金
午前/09:00~12:00	×	○	△	○	△
午後/13:30~16:30	○	△	△	△	○

職員の休日シリーズ ☺

こんにちは。ひかりサロン安心プラス向島の吉田です。今回はまたまた夫婦キャンプに行ってきました。『美山町自然文化村キャンプ場』へ行ってきました。大雨、突風で大変でしたが、ハロウィンキャンプをする事が出来ました。大自然で遊んで外で手料理を食べて、焚火に薪をくべながら、たわいもない会話をします。家では味わえない空気や時間を楽しむのが大好きです。また次回のキャンプでお会いしましょう！！

『吉田編』



8 働きがいも 経済成長も



～SDGs(エスディーゼイズ)への取り組み!～

環境問題・差別・貧困・人権問題といった課題を、世界のみならず2030年までに解決していこう!という計画・目標のことです。ひかりサロンでは、職員のスキルアップの為に色々な研修に参加しています。職員が一回り成長して皆様のサービスに繋がって行きます。宜しくお願いします。



お客様の声



- 「こんな運動もできるんですか？足の運動したかったんです。」(Y 様)
- 「ここ最近でひと増えたねー最初来た時5人ぐらいやったのに賑やかで嬉しいわ」(M 様)
- 「上肢の体操？あれやってから握力も上がってペットボトルのフタも開けれるようになったんよー」(T 様)
- 「やったーこれで電話出れるようになりました。スマホ変えてどうしようと思ってたけど助かります。」(K 様)
- 「あの杖良かったです。ほしいんですけど」(F 様)
- 「ここで買った靴をふわふわしていいですね。色違いも欲しいです。」(S 様)
- 「15枠埋まったね！やったね。ここからやで。誰も止めささんようにするんやで。腕の見せ所よ。」(S 様)
- 「ここに来たら色々情報教えてもらえるし楽しい。」(Y 様)



ご意見・ご要望



お声をいただきありがとうございます



『外歩きの時間もっと作ってほしいです。』

屋外歩行も人気のサービスですね。時間の件、少しでも長い距離を歩いて頂けるように職員で前向きに検討したいと思います。

どんなご要望もまずは職員に相談してみてください！！