



サロンニュース

トピック

「カナフラワー」体験

.....
かわな工業さんに来て頂き、家具などを作る時に出る「かなクズ」を使って綺麗なお花を皆さんと一緒に作る事ができました！！

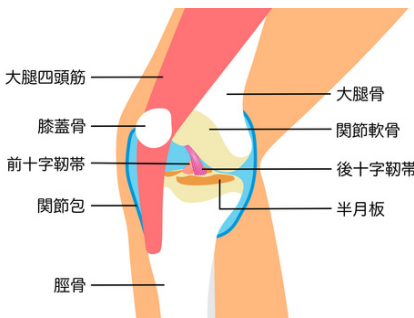
真剣に取り組む姿勢



自宅健康習慣

筋肉情報

膝関節の大切さ



.....
いつまでも活動的に、そして笑顔で毎日を送りたいと思いませんか？

膝関節は、私たちが元気に歩き、趣味や外出を思い切り楽しむための大切な土台です。体の衝撃を和らげ、スムーズな動きを支える膝を、未来の健康と笑顔のために、今日から大切に守っていきましょう！

膝を動かす体操



- ①図のように膝を伸ばして、タオルをもも裏膝近くにおく。
- ②タオルを軽くリズムカルに押しつぶす。
- ③毎日20回を3セット実施しましょう。

お問い合わせ

ひかりサロン安心プラス向島

.....
場所：近商ストア向島店2階

TEL：075-605-3380

FAX：075-605-3387

担当者：・岡野・森本



堀池 茂
(ドライバー)

職員紹介



- ・ 趣味：魚釣り、ボーリング、ドライブ
- ・ 好きな食べ物：果物全般
- ・ 一言：日々、安心安全なサービスを提供し、アットホームなサロンの雰囲気作りを心がけます。

七夕さん



熱中症対策術

☆熱中症初期症状☆

- ・ 体のだるさ「ぼーっとしてくる」
- ・ 手の痺れ、枯渇感(口の渴き)
 - ・ 汗が止まらない
 - ・ 眩暈、吐き気

※熱中症の初期には熱はあがりません

☆熱中症対処法3つのポイント☆

- ・ こまめに水分補給:最低でも2時間置きに水分補給
- ・ 室温湿度管理:室温26度前後 湿度50~60%程度
- ・ 直射日光を避ける:昼間の外出は出来るだけ避けて、どうしても外出する時には、**服装、移動手段、休憩、暑さ対策(日傘など)**を心がける。

エスディー・ジーズ

SDGs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、世界の人々で2030までに解決していこう!という計画・目標のことです。7月一緒にかんなフラワー作成を手伝って頂いたかあな工業さんは、捨てるのがもったいないとカンナクズを使用してこのような素晴らしい取り組みをされていました。まさに資源の再利用ですね。

サロン空き状況

サービス時間	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜
午前/09:00から12:00	△	○	○	○	△
午後/13:30から16:30	○	△	×	△	×

※写真はお客様の許可を得ています。



お客様の声

一緒に買う物探してくれてありがとう。助かるわ K様

はれのひも、雨の日も風の冷たい冬の寒い日も送り迎え来てくださるので、買い物ができて嬉しいです。 T様

【ご意見・ご要望】

お声を頂きありがとうございます。

「オンセンドじゃなくてユニクロ行きたいです」

月一度の「マツモト」や「万代」「ニトリ」への遠征はありますが、少し距離の離れた場所への遠征は今のところ考えていません。半日（3時間）の時間の縛りもあるので、少しでも皆様に楽しんで頂けるように前向きに検討したいと思えます。貴重なご意見ありがとうございます。