

# デイサービスあったかの家の ちょっと自慢話



## 食事面のアドバイス

小松島事業所管理者

管理栄養士が在籍しておりますので、食事についてや栄養についてわからない事があれば、食事のアドバイスや栄養改善に向けてのお手伝いをする事ができます。また、お食事時には健康に良いレシピを提供しております。

## 求人 一緒に働く仲間を募集中

詳細はホームページに掲載しております。下記QRコードを読み取るか「あったかの家 仙台」で検索してご覧ください。また、お電話でのお問い合わせも受け付けております。事業所の見学だけでも大歓迎です！お気軽にご連絡ください。

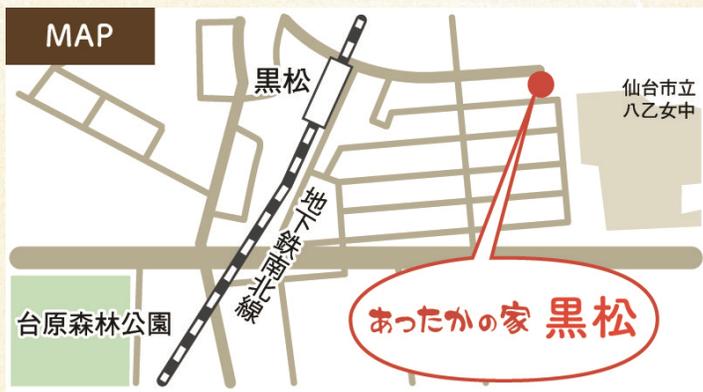
ボランティアさんも同時募集中です！

お問い合わせはこちら **022-725-2317**

## —— あったか地域新聞について ——

デイサービスあったかの家は、地域の方々や関係者のご理解があってこそ運営できております。そこで、我々の仕事（介護）で地域の方々に何か貢献できることはないだろうかと考え、この新聞を発行する運びとなりました。皆さまの健康維持に少しでも貢献できましたら何よりです。また、介護でお悩みのご家族やご友人にもこの新聞をご紹介いただければ幸いです。

あったかの家 代表 安江政文



あったかの家  
ホームページ  
ブログ更新中



地域にお住まいの皆さまへ

# あったか地域新聞

Vol.10 2023年2月号

ご存知  
ですか？

## 実は…「痔」は 生活習慣病です！

★こんにちは！デイサービスあったかの家、代表の安江です。2月号では、あまり知られていない「痔」についてご紹介したいと思います。

運動不足や食生活の乱れからくる「生活習慣病」には、がん、心疾患、脳血管疾患、糖尿病、高血圧性疾患、肝硬変など多くの病気がありますが、

あまり知られていないですが、実は痔も生活習慣病なのです・・・



気になる続きは中面へ



楽しく過ごして、心も体も健康に！  
お会いできるのを楽しみにしています。



相談員

管理者

相談員

24時間 365日営業中！見学だけでも大歓迎



デイサービス

あったかの家

黒松

TEL 022-725-2317 / FAX 022-725-2318

〒981-8004 仙台市泉区旭丘堤 2-19-3