

デイサービスあったかの家の ちょっと自慢話



こだわりの食材・飲み物

生活相談員&管理栄養士

無添加味噌を使用した味噌汁やオーガニックのルイボスティの提供、鉄分不足解消の為にレバーも出す事もあります。このように食事や飲み物からも利用者様の健康をサポートするように心がけています。

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 黒松」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.19 2023年11月号

ご存知
ですか？

呼吸法で肺機能を鍛える ことが出来るんです！

★こんにちは！デイサービスあったかの家、代表の安江です。

11月号では、「呼吸法」について紹介したいと思います。今回は、聖路加国際病院名誉教授の故日野原重明先生の著書の中の呼吸法についてご紹介したいと思います。



呼吸は息をしっかりと「吐ききる」ということが重要なようです。

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