



## 季節のイベント

黒松事業所相談員

季節のイベントを大切にしていることが自慢です。毎月何かしらのイベントを開催しており、ご利用者様からも好評を得ています。昨年は初めての催しとして、春と秋にアフタヌーンティーを開催しました。まるでカフェのような仕上がりに満足して頂けたご様子でした。

## 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 **022-346-9217**

## —— 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

MAP



デイサービス

あったかの家

小松島

あったかの家  
ホームページ  
ブログ更新中



# あったか地域新聞

Vol.22 2024年2月号

ご存知  
ですか？

## 体の柔らかさが決め手！ なぜ体は硬くなるのか？

★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、1月号に引き続き体が硬くなることの影響についてお伝えいたします。

「体幹」「股関節」「ひざ」の曲がり相互に関連しあっています。例えば、体幹（背中・腰）を丸めた姿勢をとってください。そうすると、股関節やひざも自然に曲がってしまうのが分かります。また、



逆に股関節とひざを軽く曲げた姿勢をとると、体幹が丸まってしまうのが分かります。

気になる続きは中面へ



ご自宅のような環境で  
穏やかに過ごせる  
時間をつくります！



相談員



歯科衛生士

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

小松島

TEL 022-346-9217 / FAX 022-346-9218

〒981-0905 仙台市青葉区小松島4丁目20-8