

きらりと光るシルバーライフを応援します。



リバーサイド中広通信

RIVERSIDE NAKAHIRO COMMUNICATION



編集発行 / 社会福祉法人藤愛会 〒733-0012 広島市西区中広町2丁目15-15 Tel.082-235-0788

広いフロアにはボールプールやおもちゃが盛り沢山！わらべ歌・手遊び・絵本の読み聞かせも行われています。「子育て中のお母さん・お父さん達の子育て情報の交換やストレ

現在、定期的に行われている活動のひとつが「子育て支援オープンスペース」ほかばかりです。地域の子供達を対象に、毎月第3金曜日の10時～12時(例外あり)に開催されています。

平成23年3月の完成以降、法人的行事や家族介護教室、職員の研修会などに使用して参りました。また地域の皆様におかれましては、各種勉強会や趣味・サークル活動、町内会行事など様々な目的でご利用頂いております。

建物です。2階部分は約150平米の広さがあり、可動式の壁で3つに仕切ることが出来ます。



「地域交流スペース」は当施設の東側に位置する。その他にも歌声広場やコーラス、大正琴・銭太鼓の練習、手編み教室、フラワーアレンジメントなど様々な活動が行われています。

「地域交流スペース」をご利用のご案内
～ご利用のご案内～

利用時間
原則9時～17時30分 (利用開始)
※毎週火曜・第4水曜
→9時～16時のみ使用可能

利用予約
リバーサイド中広
事務局にて受付

お問い合わせ先
電話(082)235-0788

※活動内容によってはご利用をお断りする場合がございます。何卒ご了承ください。

今後、定期的に行われている活動のひとつが「子育て支援オープンスペース」ほかばかりです。地域の子供達を対象に、毎月第3金曜日の10時～12時(例外あり)に開催されています。

「家族介護教室」は、おうちで介護をされている方々をはじめ、介護に関する方や介護関係者を対象とした教室です。内容は、介護技術や介護保険に関すること、医療や健康について、介護者のリフレッシュ方法など様々です。

家族介護教室のお知らせ



家族介護教室開催のお知らせ

内容
心と体をときほぐすヨガ

日時
8月24日(木)
午後1時～午後3時

場所
リバーサイド中広
地域交流スペース

講師
シャントイヨガ
MAMI先生

お問い合わせ・お申し込み
特別養護老人ホーム
リバーサイド中広
電話(082)235-0788
※当日は運動のしやすい服装でお越し下さい。

夏は発汗が多くなる季節です。熱中症対策として、こまめな水分や塩分の補給を心がけている方も増えました。が、実は鉄分も失われているのです。めまい、頭痛、肩こり、耳鳴り、顔色が悪い、息切れ、動悸、疲れやすい、だるいなどの症状は夏バテではなく鉄欠乏性貧血がもれません。

また鉄分を含む食料を積極的にとることも効果的です。レバー、海藻、ほうれん草や小松菜などは鉄分が豊富です。また、ビタミンCは鉄分の吸収を補助するといわれていますので、一緒に食べるとよいでしょう。

暑い夏を吹き飛ばすように、8月は恒例のかき氷を作ったり、季節感あふれるゲームをしたり、童心に返り、楽しく過ごす予定です。外出する機会を持つて、夏バテ回避しませんか？

健康コラム
これって夏バテ？

「昔は盆踊りとか行きよったよ」との声もよく聞きますが、ハレ・クプナでも夏祭りを開催する予定です。

今年何をするかは現在計画ですが、縁日を連想させる射的ゲームや金魚すくい、おやつにはかき氷など「夏」を感じられる企画にしたいと思っています。

また9月には、敬老会で様々な慰問を予定しています。銭太鼓や笙フラダンス等楽しいイベント盛り沢山。ぜひ、その日をねらって体験にお越しください。

暑い夏を吹き飛ばすように、8月は恒例のかき氷を作ったり、季節感あふれるゲームをしたり、童心に返り、楽しく過ごす予定です。外出する機会を持つて、夏バテ回避しませんか？

今後の予定 Schedule
リバーサイド中広デイサービス

グループホーム/デイサービスセンター

ハレ・クプナ Hale Kupuna

広島市西区山手町19-3
☎082-503-0081 Fax.082-503-0082

営業日 月～金曜日(祝日も営業、12/29～1/3休業)
営業時間 8:30～17:30(サービス提供は9:30～15:30)

特別養護老人ホーム/ショートステイ
デイサービスセンター/居宅介護支援事業所

リバーサイド中広

広島市西区中広町2-15-15
☎082-235-0788 Fax.082-235-2341

営業日 毎日(祝日も営業、12/29～1/3休業)
営業時間 8:30～17:30(サービス提供は9:30～16:30)

