

復活！ エルマール薬膳グリーンカレー

税込 980 円

厳選された 36 種類のスパイス使用により、健康的で大人の味を実現しました。カレーのとろみは、調理中の野菜が溶けて出てくるもので、小麦粉や増粘剤を使用せず体に優しい薬膳カレーです。



健食レストラン
エルマール
Restaurant L-Marl

郡山市八山田三丁目 8-2
TEL 024-931-6275

～エルマールワイン会のお知らせ～

次回開催日は **6/15 (金)** です

時間 19:00～21:00
場所 エルマール (八山田)
会費 5,400 円 (税込)
内容 お食事 6 品・ワイン 6 銘柄

ワインと料理をより美味しく楽しむワイン会です。ご友人、ご家族と素敵なひと時をお過ごし下さい。お申込みはエルマール八山田まで。



田村郡三春町大字山田字
クルミヤツ 15-2-3
TEL 0247-61-6620

Lcub通信

エルキューブツウシン

発行：株式会社エヌジェイアイ 健院エルキューブ八山田・三春

2018
6月号
Vol. 6



梅雨…雨ばかりで、うっとうしい(ー_ー)!! 憂鬱な気分になってしまいがちですよね。

『梅雨といえば?』というアンケートの結果を見つけました。年代別、性別、地域別、総合でも断トツだったのが、紫陽花でした。みなさんは、どうですか?あてはまる物ありましたか?



梅雨といえば?

- | | |
|-----|--------|
| 1位 | あじさい |
| 2位 | 洗濯が面倒 |
| 3位 | カビ |
| 4位 | 食中毒に注意 |
| 5位 | 除湿器 |
| 6位 | かたつむり |
| 7位 | カエル |
| 8位 | 水たまり |
| 9位 | てるてる坊主 |
| 10位 | 衣替え |
| 11位 | 虹 |

大人気の紫陽花

紫陽花の別名は、『七変化』『八仙花』。土壌の成分の違いや、咲いてから散るまでの間、花の色が変していくさまざまなからこのように言われています。紫陽花の花言葉で有名なものが『移り気』。何となく浮気をイメージしませんか? そんなこともあり、結婚式や贈り物では避けられる花だったのです。でも最近では、小花が集まってひとまとまりになって大きな花になっているところから『家族団欒』という花言葉が広まり、母の日の贈り物や結婚式のフラワーブーケに使われるようになってきました。

八山田6月の予定

- デイサービス
- ・外食レク
- ・漬物体験 (6/5)
- L-kids
- ・内科検診
- ライフステージ
- ・新茶まつり (6/3)
- ・絵手紙 (6/13)
- ・外食ツアー (6/19)
- ・料理教室 (6/24)



三春6月の予定

- デイサービス
- ・外食レク (ハーブガーデン) (6/13)
- ・パンケーキ作り (6/18)
- L-kids
- ・ふれあい交流会
- ライフステージ
- ・朝茶会
- ・お楽しみ会 栄養教室
- ・新茶まつり (6/5)
- ・さくら会 (6/20)



Q ダイエットが続かず
毎回挫折...
良い方法ありませんか?
A ダイエット成功者が
続出しているジムで解決!

健康管理システム「からだ」を導入したエルマール八山田・三春のジム。自己管理が苦手な女性に嬉しいのは、会員が身に付けて「karamo」を考えたトレーニングメニューを、トレーナーがサポートしてくれるので、より効果よく痩せることができます。また、自己管理がしやすいので、ダイエットが成功した後もリバウンド防止にもつながり、何より、太りにくい健康的な体を維持するのにはぴったりのジムです。まずは、無料見学に行ってみて!



aruku クーポン (PDF) 提示で
①入会月の会費0円
②入会金・事務手数料代 通常5,000円→0円
③karamoプレゼント!
※入会6ヶ月以上継続が条件です。

料金 ★マスター会員 月会費(三春店も利用可)・・・7,020円(税込)
★デイトタイム・ナイトタイム・三春会員 月会費・・・各5,940円(税込)
※会員になるとエルマール、エルマールガーデンのお食事代が10%OFF!

※お問い合わせは、
からだステーションと
施設については、
こちら
QRコード

※お問い合わせは、
からだステーションと
施設については、
こちら
QRコード

※お問い合わせは、
からだステーションと
施設については、
こちら
QRコード

※お問い合わせは、
からだステーションと
施設については、
こちら
QRコード

※お問い合わせは、
からだステーションと
施設については、
こちら
QRコード

※お問い合わせは、
からだステーションと
施設については、
こちら
QRコード

※お問い合わせは、
からだステーションと
施設については、
こちら
QRコード

※お問い合わせは、
からだステーションと
施設については、
こちら
QRコード

※お問い合わせは、
からだステーションと
施設については、
こちら
QRコード

※お問い合わせは、
からだステーションと
施設については、
こちら
QRコード

※お問い合わせは、
からだステーションと
施設については、
こちら
QRコード

エルキューブ八山田・三春
入居者募集中!
☎ 0120-350-180

ぐっと、健康コミュニケーション

Lcub

〒963-8052
郡山市八山田 3-8
☎024-991-1200 ✉info@l-cub.jp
〒963-7733
三春町大字山田字クルミヤツ 15-2
☎0120-350-180 ✉info_miharu@l-cub.jp

デイフィット三春

スタッフ紹介



デイフィット三春です。4月から開設いたしました。
「身体」「あたま」「心」のバランスを大切にし、
「住み慣れた地域でいつまでも自分らしく、生き生き
とした生活が送れるように」
をコンセプトに支援して参ります！！



デイサービス八山田



どら焼き作り

5月8日、9日にデイホールにて利用者様とどら焼き
作りを行いました！
エプロン、三角巾を準備して頂き、自分のどら焼きを
各自焼いて、お好みのトッピングし、皆様とても楽し
みながら美味しく作ることができました。



今月の職員紹介 L-CUB 訪問看護八山田



藤島 祥枝さん

4月から、訪問看護
八山田に配属となり
ました。
訪問に関しましては
初めてですが、精一
杯働いていきたいと
思います!!よろしく
お願いします。

ライフステージ八山田

病態栄養認定管理栄養士 田邊弘子先生による
「楽しいおやつ作りと栄養のお話」

5月は、「関東風ミニお好み焼き」を作りました。
月一回の料理教室では、栄養の豆知識を教えて頂きな
がら、ワイワイと賑やかにおやつを作り、入居者様同士
の交流が楽しみの恒例行事となっています。

デイサービス三春

足湯



5月10日に熱海駅前にある足湯に出掛けました♪
皆さん足湯に浸かり、気持ち良く温まっていっぱいしました♪
その後は、郡山のジャスコで昼食&お買いものツアー!!皆さん大
満足の日を過ごされました♪

