

Lcüb通信

エルキューブツウシン

2024

9月号

Vol.69

発行:株式会社エヌジエイアイ 健院エルキューブ八山田・三春

職員紹介

伊藤 優人 (いとう ゆうじん)
介護福祉士

- 経験年数: 1年
- 趣味: 音楽、釣り

趣味は、音楽と釣りです。
介護経験は浅いですが先輩方に指導
頂きながら一生懸命頑張りますので
宜しくお願いします。



日下部 充佳 (くさかべ みづか)
介護福祉士

- 経験年数: 18年
- 趣味: カワウソ

カワウソが大好きで、いつか飼いたい
と思っています。
皆さんとのコミュニケーションを大事に
していきたいと思ひます。
皆さんの力になれるように頑張ります。
宜しくお願い致します。



L-CUB 訪問看護八山田は、24 時間・365 日お手伝いさせていただきます。

訪問看護とは、医師の指示に基づき自宅療養されている方やご家族に対して看護師やリハビリスタッフが療養生活を支援します。
現在、L-CUB 訪問看護八山田では、特定行為・在宅看護指導士・専門看護師・認定理学療法士等が活躍しています。
ご病気や看護でお困りのことがありましたらいつでも相談してください。

お問合せは **エルキューブ訪問看護八山田**
〒963-8052 郡山市八山田3丁目8番2
☎024-991-1042 E-mail: houkan@l-cub.jp



L-FIT 通信



ビタミンについて

前号に引き続きビタミンについてのお話です。
ビタミンは私たちの体に欠かせない栄養素で、健康的な生活を維持するために
重要です。今号では主要なビタミンの一部とその働きを紹介します。

ビタミン A

粘膜の健康を保ち、風邪を予防します。レバーや緑黄色野菜に多く含まれます。

ビタミン B1

糖質の代謝にかかわり、エネルギーをつくり出します。豚肉や大豆が豊富な食品です。

ビタミン B2

脂質の代謝をサポートし、皮膚や粘膜の健康を保ちます。レバーや納豆に含まれています。



ビタミンは健康を維持するために欠かせない栄養素ですので、バランスの取れた食事で摂取しましょう!

お問合せは **L-FIT 八山田 ☎024-991-1045**

編集後記

8月の号のなぞなぞは解けましたか?
Q1の答えは「1束」です。何束合わせようと最後は1束になるからです。
Q2の答えは「どちらもたっておりません」どちらも大仏は座ったままです。なのでどちらも立っておりませんでした。
今回のなぞなぞは!
Q1. 駅は駅でもおしりにありそうな赤い駅ってなあんだ?
Q2. サルの鳴き声の中に座っちゃうお酒ってなあんだ?

L-CUB通信委員長 高根澤 澁希

エルキューブ八山田・三春

入居者募集中!

☎ 0120-933-610(八山田)
☎ 0120-350-180(三春)

看護スタッフ
介護スタッフ(三春・八山田)
職員募集中!

☎ 0120-933-610(八山田)
☎ 0120-350-180(三春)

くっと、健康コミュニケーション

Lcüb



エルキューブ

検索



健院エルキューブ八山田

〒963-8052 郡山市八山田3-8
☎024-991-1200(宗像) E-mail info@l-cub.jp

健院エルキューブ三春

〒963-7733 三春町大字山田字クurlミヤツ15-2
☎0247-61-6601(大森) E-mail info_miharu@l-cub.jp

L-FIT 八山田
ジム1回
無料体験券

※お一人様1回限り
※事前予約が必要です ☎024-991-1045
※有効期限 2024年9月末



※キリトリ

※キリトリ

L-kid's 三春

親子夏祭り

～アンパンマンの世界へようこそ～
エルキッズ保育園三春では、8月3日に親子夏祭りを開催しました。

アンパンマンのゲームコーナー、アンパンマン写真館、氷の女王のかき氷屋さん、ポテトくんのフライドポテト...など、今年は子どもたちの大好きな「アンパンマン」の世界をテーマに、ゲームや屋台を楽しみました。

可愛い浴衣や甚平に身を包み、夏を味わう可愛らしい子どもたちでした。保護者の皆様、暑い中ご参加いただきありがとうございました。子どもたちの夏の思い出になりましたね。



うまくすくえるかな～??



タダンダーンと一緒にチーズ!



ボール投げ楽しそう♪



ママと一緒に楽しいね

L-kid's 八山田

食育活動

～たくさん食べて大きくなっぺ～
エルキッズ保育園八山田では、7月11日に保健センターの職員による食育ボランティア活動が行われました。紙芝居や人形劇を通して様々な食材や食べることの大切さを教えていただきました。

劇に出てきた怪物が、好き嫌いなく何でも食べることでどんどん力が湧いてくる様子を見て子どもたちは歓声を上げながら喜んでいました。

また、ひまわり組では以前から育てていた野菜の収穫をしました。大きく育ったオクラやナス、ピーマンを「取れたよ」と大喜び！収穫した野菜は給食で提供していただき、おいしくみんなで食べました。自分たちで育てた野菜はよりおいしく感じますね。これからも収穫が楽しみです。

ピーマンおすくひだね



興味津々の子どもたち



こんなにたくさん取れたよ!



たくさん食べて大きくなーれ!

デイサービス 三春

七夕行事

～皆で楽しく短冊作り～
デイサービス三春では、7月8日に利用者様全員で、七夕の短冊を作りしました。皆さんそれぞれ目標や、願い事を一生懸命短冊に書き楽しめました。

そして、絵の具で利用者様一人一人の手形を取り、その手形で織姫と彦星を作りました。皆さま「可愛いね」と話され、それぞれオリジナルの彦星と織姫を完成させておりました。

その後はエルキッズの子供達が参加され七夕星を発表してくれました。上手に歌って踊っている姿に職員も目が離せませんでした！終わつた後に記念撮影を行い、沢山の笑顔が見られました。



上手に出来るかなあ?!



いつも一緒♥



みんな頑張りました!



よくできました!

デイサービス 八山田

七夕

～願い事が叶いますように～
デイサービス八山田では、七夕と七夕で利用者様に折り紙で輪飾りや提灯などの様々な七夕飾りを作っていただき、提灯飾りには「心を明るく照らしてくれ」という意味があるんだよ」と教えてもらい話に花が咲きました。短冊には思い思いの願い事を書いていただき笹に飾ります。

昼食は、七夕の雰囲気を楽しめる玉子とお肉の三食丼とスィカを食べ「夏」を感じていました。今後も、利用者様・職員が一緒になり楽しめるようなイベントを計画してまいります。

七夕飾り



叶いますように☆



七夕メニュー



いただきます♪

ライフステージ 三春

七夕イベント

～七夕&夏～
ライフステージ三春では、7月8日に七夕イベントとして「七夕風かき氷作り」を行いました。ご利用者様にかき氷機で氷を削って頂き、その上に七夕をモチーフにした、ゼリーや寒天、果物などをトッピングして頂きました。トッピングに悩まながらも溶ける前に無事に完成することが出来ました。

電動のかき氷機を初めて使うご利用者様や手動のかき氷機を使うのも久しぶりの方もおられ、七夕と夏を一度に味わうことが出来、他のご利用者様と会話も楽しまれ、暑い日が続いておりましたので「かき氷」とても喜んで頂くことが出来ました。



上手に削れるかなあ?!



冷たくて美味しー♥



上手に出来た!



溶けなうちに完成出来るかな

ライフステージ 八山田

季節のイベント～七夕～

～星に願いを～
蒸し暑い日が続いており、7月7日は年に一度の七夕イベント。サポートスタッフによる七夕のお話と涼しげなデザートで七夕気分を味わっていただきました。短冊にお願いごと...それぞれの思いをみなさんに書いてもらいます。

「世界平和」や「健康」について書かれていたのが印象的でした。今回は男性入居者様の参加が多くいつもと違う雰囲気です。良かったです。コーヒーゼリーと生クリームもとても美味しかったです。好評でした。



男性陣はしっとりと☆



女性陣はワイワイと★



願いが叶いますように



歩けるようになりますように