

エルキューブツウシン

# Lcub通信

2024  
10月号  
Vol.70

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

副部長挨拶



**宗形 勇作** (むなかた ゆうさく)  
L-CUB 事業部 副部長

この度、9月より L-CUB 事業部 副部長となりました「宗形勇作」と申します。

L-CUB 事業部ではデイサービスにて7年間勤務しておりました。L-CUB では「介護、医療の連携強化」「健康作りの拠点」として、地域の拠り所となれる様、一生懸命努力して参ります。これからも変わらぬご指導を宜しくお願い致します。

L-CUB通信委員変更のお知らせ

**遠藤 晴美** (えんどう はるみ)  
デイサービス八山田 介護福祉士

●趣味:猫と戯れる事

毎日の疲れを猫で癒されています。この度、通信担当となりました、遠藤晴美です。通信は初めてなので分からない事も多いかと思いますが、皆様に楽しい情報をお送り出来るよう頑張りますので宜しくお願い致します。



**宗像 綾** (むなかた あや)  
エルマール レシピ開発

9月よりL-CUB通信委員となりました宗像綾です。

・料理は食べることも、作ることも大好きです。エルマールで自分のスキルアップに繋がるように精進していきたいと思ひます。

・キッチンもホールも女性スタッフが多くなり一段と明るく賑やかな店内です。今までとは一味も二味も違うようなエルマールを皆さんに見せられるように、様々な事にチャレンジしていきたいと思ひます。



9月よりエルマールのメニューが新しくなりました

パスタの種類が増え、選ぶ楽しみが盛りだくさんです。更に、パスタにはもれなくサラダとスープが付き、+350円でドリンクとデザートがセットにできます。

ぜひ、新しくなったエルマールのパスタメニューご賞味下さい。

- ランチタイム: 11時~15時 (Lo14時半)
- ディナータイム: 17時~21時 (Lo20時半)



海老とアサリのガーリックオイルパスタ

明太子と大葉のバター醤油

サーモンとほうれん草のチーズクリームソース

ご予約・お問い合わせ TEL024-931-6275



女性こそ「筋トレ」を!!!

国内で寝たきりの人の数は、施設入居者だけで300万人以上といわれています。在宅での寝たきり数を考えれば、さらに多くなります。これはスウェーデンの9.7倍、アメリカの6.3倍にあたります。さて寝たきりの割合は、50代までは男女差がないのですが、70代になると女性が男性の1.5倍になります。



その原因は

1. 男性に比べて寿命が長い
2. 男性に比べて筋肉量が少ない
3. 女性の方が骨粗しょう症になりやすいなどです。

寝たきりを防ぐ方法が、「筋トレ」です。ぜひ筋トレを生活に取り入れ、寝たきりを防ぎましょう。

お問合せは L-FIT 八山田 ☎024-991-1045

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 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



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ルミヤツ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10月末



※キリトリ

※キリトリ

# L-kid's 三春

## 楽しい室内活動

〜ボール遊び大好き〜  
 エルキッズ保育園三春では毎日室内でも楽しく活動しています。室内では毎月の製作やパズル、粘土遊びなど楽しい活動がたくさんありますが、中でも子どもたちが大好きなボール遊びをご紹介します。



前にも後ろにも

上手に投げられるかな？

ボールプール大好き！

仲良しのお友達

# L-kid's 八山田

## 園内夏祭り

〜親子の思い出を夏祭り〜  
 エルキッズ保育園八山田では、8月3日に親子夏祭りを開催しました。  
 テーマは「絵本」たくさんさんの絵本の世界観に触れ合いながら金魚すくい、お面屋さん、お化け屋敷など様々なコーナーを楽しみました。パンケーキの積み上げゲームでは親子対決など見られ保育園中に笑い声と笑顔が溢れ、夏のすてきな思い出ができました。  
 今後も、楽しい行事を企画していきたいと思えます。



このお面かわいいでしょ？



たくさん積み上げられたよ！



いろいろなオバケがいたね！



何匹すくえたかな？

# デイサービス 三春

## 納涼祭

〜皆で楽しく夏祭り〜  
 エルキューブデイサービス三春では、8月20日に夏のイベントで夏祭りを行いました！縁日でよく見る輪投げ、金魚すくい、射的の屋台を準備してその順番で回してもらい、ゲームを楽しんで頂きました。輪投げでは、皆様一生懸命に投げられていて、順番を競って楽しまれました！射的では、真剣に的を狙い上手に倒されていました！金魚すくいで、順番に折り紙で作った金魚をすくってもらい、すくった金魚を持ち帰って頂きました！そして、最後に職員でかき氷を作り皆様に召し上がって頂きました。「冷たくて美味しい！」「もっと食べたい！」などの声も頂きました！



落とさないように！

冷たくて美味しい！

よく狙って

いっぱい摂れたよ

# デイサービス 八山田

## 夏祭り

〜子供の頃を思い出〜  
 8月21日にデイサービスにて夏祭りを開催しました。始めに、職員によるスイカ割り大会を実施し、そのスイカを昼食のデザートとして提供しました。午後からの催し物は、輪投げ、金魚すくいならぬ魚釣り、射的、わたあめ、かき氷があり、皆さん昔を思い出しながら、それぞれのゲームに夢中になり点数を競い合いながら楽しまれました。普段あまり食べない、わたあめや、かき氷を食べ、「美味しいね」「夏って感じだね」等の声が聞かれ、季節感を感じられていました。



いっぱい釣るぞ！



綿あめ美味しかった☆



お祭り最高！



かき氷いいね♪

# ライフステージ 三春

## 花火大会

〜夏の風物詩〜  
 8月15日に富久山花火鑑賞を行いました。レストランを借りて花火大会の特別メニューを提供して頂き、お食事、飲み物、お酒など堪能されておりました。  
 花火打ち上げまでの時間で、手持ち花火を行い、久しぶりに行う花火楽しまれながら行っている様子見られました。花火が打ちあがると大きな音と共に綺麗な花火が上がり「綺麗」「たまや」との声聞かれておりました。  
 居住棟5階からも鑑賞することが出来、大きな花火を近くで窺いっぱいに鑑賞することが出来ました。また来年も見たいなどお話聞かれておりました。



綺麗だねえ

花火楽しいね♪

かんばしい!!

そつめん美味しいよ♪

# ライフステージ 八山田

## 夢花火！

〜ふくやま〜  
 8月3日、富久山の花火大会が開催されました。今年は職員の浴衣の着付けを入居者様にもお願いしました。手際がよく見事な着付けでした。ライフステージ八山田は屋上からビールやジュースを片手に、焼き鳥や枝豆をつまみながら花火を観覧しました。雨も降らず、天気にも恵まれ入居者様、ご家族様も楽しいひとときを過ごされました。また来年の花火を楽しみに元気に過ごしましょう！  
 また来年〜！



見事な着付け！



屋上より



綺麗だったね〜