



2023年6月号

爽ケア
通信

SOU

爽なんだ!!

総合案内

0120-966-876
問い合わせ・相談窓口

いつもご利用ありがとうございます。爽ケアの活動をご紹介します。

介護保険内 デイサービス スタッフプロフィールを 新しくしました!

自分の性格や幸せな時など、
スタッフの個性が出ています!
他にも知りたい事があれば
なんでも聞いてください!



スタッフの意外な一面や
知らなかった事が知れるかも...!?
店舗に掲示しておりますので
ぜひご覧ください!



事前に分かっているお休みは早めにお知らせ下さい。

運動習慣維持の為、振替利用をお勧めしております。

自己都合でのご欠席はお控え願います。ご欠席される場合は振替利用をお勧めしております。

健康豆知識 ~嚥下編~

嚥下機能の低下によって、
誤嚥性肺炎のリスクが高まると
言われています。

味覚の感度が上がるので、食べる
楽しみが復活し、低栄養状態を改
善することも期待できます!

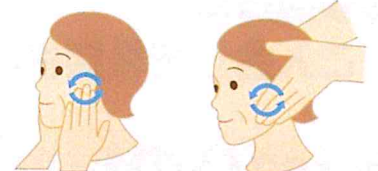
食事は健康の源



自宅で出来る簡単マッサージ

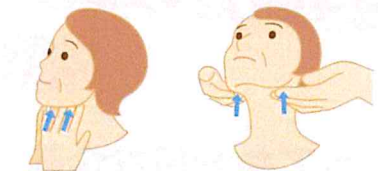
耳下腺
耳たぶのやや前方
上の奥歯のあたり

耳たぶのやや前方、上の奥歯あたりのほぼに差し指をあて、指全体でやさしく押し込みます。酸っぱい食べ物を想像すると、スーッと涙が出てくる場所です。



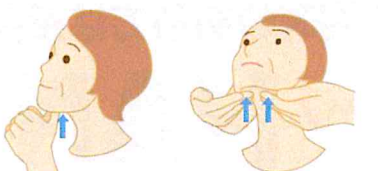
顎下腺
顎の骨の内側の
柔らかい部分

顎下腺は、あごの骨の内側のやや柔らかい部分です。指をあて、耳の下からあごの先までやさしく押し込みます。5~10回繰り返します。



舌下腺
下唇から舌を
押し上げる

舌下腺は、あごの先のとがった部分の内側、舌の付け根にあります。下唇から舌を押し上げると、両手の親指でグーッと押し込みます。5~10回繰り返します。



介護保険内

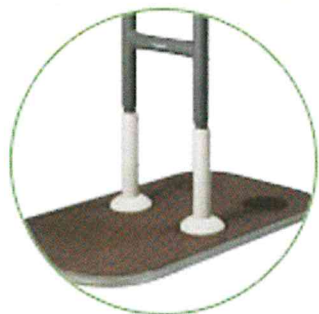
福祉用具レンタル

相談・見積り



快適に動きやすく / 暮らしやすく / 健康寿命を延ばす

爽ケア推奨商品 すっきり手すり 商品名: クリンディ



中央にも設置可能



様々な場所で活躍します



居間 (ソファ)



布団



洗濯機の前



キッチン

1ヶ月 **240円**~ ※1割負担の場合
無料お試し貸出もできます

「ここに手すりがあったらいいな…」
がありましたらスタッフにご相談下さい

介護保険外

ハンモックフィットネス HANMO多治見店



6月限定 **あすあゆ!**
❖新規入会キャンペーン❖

体験当日に…

「ご入会」を希望されたお客さまは



月4回分のレッスンを
無料で受けられる

とってもお得な企画となっておりますので
ご興味のある方は是非この機会に♪



シニアのための健康ハンモック運動

【イスもっく】



送迎付

10時~/11時~/13時~/14時~
ご都合に合わせて参加頂けます!



デイサービスに通いながら
更に、HANMOで体を整える
併用利用の方も増えております!

体験のご予約・お問い合わせ
☎0572-44-8700