



和泉はつらつクラブ便り



No.4

お待たせしました
皆さまのご要望に
お応えします！



帰宅する時にお弁当の 持ち帰りが出来ようになりました



★お弁当は「宅配クック123」さんの品物になります。

★「ご飯を粥に変更」「一口大にカット」や「おかずのみ希望」等の希望にも応じられます。

注：汁物は付きません



※写真はイメージです

- 料金 **1食700円**になります
※おかずのみの場合**650円**です
- 注文・支払方法
和泉はつらつクラブに通所の時や電話などで直接申し込みをお願いします。
支払いは「はつらつクラブ」と合算して請求させていただきます。
- 受け渡し
和泉はつらつクラブからの帰宅送迎時に玄関先でお渡しします。徒歩帰宅の方はお帰りの際にお渡しします。
- 注意点など
ご都合などでお弁当が不要になった際、キャンセル料が発生する事があります。

ここが便利！

- ①当日になってはつらつクラブには行けないが、お弁当は欲しいという場合もお届けします。但し昼食を夕方に（又はその反対も）**配達できません。**
- ②卵や青魚（サバやイワシなど）甲殻類のアレルギー等がある方は代替食対応します。事前にお申し出ください。

和泉ふれあいの家ではデイサービス事業の他に「配食サービス」を行っております。おかげさまで、ご利用者様とご家族様、ケアマネジャー様や地域の方々に認知をされ、「1食分の用意でも大変なので助かる」と好評をいただいております。

和泉はつらつクラブのオープン当初から、ケアマネジャー様から「お弁当の持ち帰りは可能ですか？」という問い合わせが複数寄せられていました。ご要望にお応えして「お弁当の持ち帰りサービス」につきて、2025年5月より開始いたします。

はつらつクラブの午前グループの方は昼食を、午後グループの方は夕食をご自宅に持ち帰っていただき召し上がっていただけます。容器は軽量のプラスチック製の使い捨て容器で電子レンジでの温めも可能です。（汁物は付いておりません）

詳しい説明、質問や相談は

利用相談・問い合わせ先

和泉ふれあいの家 担当：生活相談員まで

電話 03--3321-4808 FAX 03-3321-4845



和泉はつらっクラブ便り

No.3

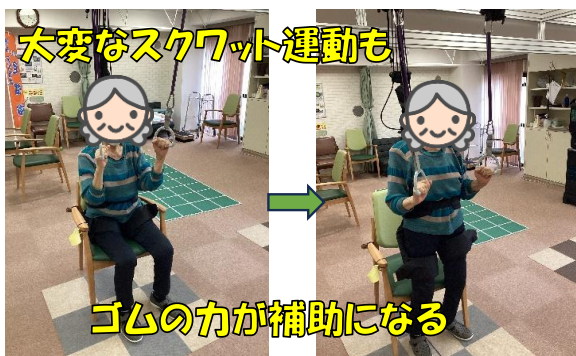
はつらっクラブの利用事例

★Aさん（96歳・要介護3）スペースワンダーのケース

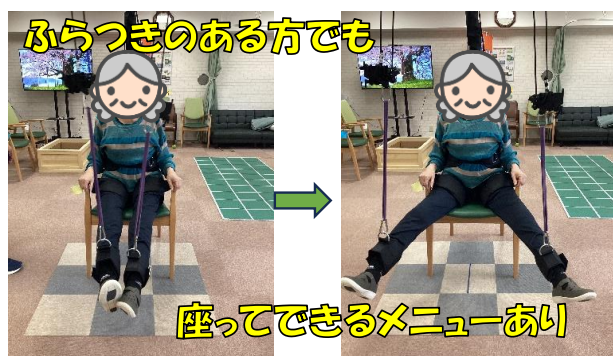
今までは週に1回「ふれあいクラブ」に通っていますが、「はつらっクラブ」の開始と共に同じく1回通われています。

介助があれば杖歩行可能ですが、長い距離の歩行と立位保持が難しい方です。

スペースワンダーでの運動は立位が基本ですが、Aさんには座位での立位訓練や筋力負荷運動を提供しています。（必ずご本人の体調や表情を確認しながら回数調整などを行っております）※下の写真は参考例です。



椅子に座った状態からゆっくりとスクワット運動を行います。職員が側に付いて見守りをしながら安全に運動していただきます。ご本人の様子を見て、無理のない回数を決めています。（3～10回程度）



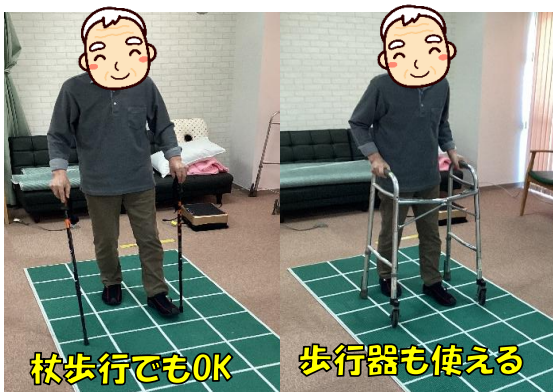
座ったままでも股関節の可動域運動ができます。手で掴むつり革を足用ベルトに付け替えて床から浮かせます。可動域だけでなく、職員が足を押さえての筋力負荷運動も実施できます。

★Bさん（90歳・要介護2）のスクエアステップのケース

「はつらっクラブ」に週1回通われています。

膝を悪くされている方ですが、杖があれば歩行可能。長距離の歩行は難しく、立位でのバランスに課題がある方です。

スクエアステップはマットの上を歩いていただきますが、「杖を使いながら」「歩行器を使いながら」でも歩いていただけます。ご本人が安心して歩ける形で「歩く脳トレ」を実感していただきます。※下の写真は参考例です。



使い慣れた杖があり、ゆっくりであれば歩ける方は、職員が側に付きフォローします。介助が必要な方も職員が介助をして歩行訓練を行います。（歩行器の方も同様です）大切なのは早さではなく、1マスずつを丁寧にしっかりとルールに沿って歩いていただきます。

利用相談・問い合わせ先

和泉ふれあいの家 担当：生活相談員まで

電話 03--3321-4808 FAX 03-3321-4845