



# 和泉はつらつクラブだより

No.5



雨や蒸し暑い季節ですが  
快適な部屋で運動しませんか



梅雨の時期でも、和泉はつらつクラブの快適な空調の部屋で運動ができます。

6月は見学・体験利用者に「水分補給用飲料」のプレゼントキャンペーンを実施中です。



昨今、早い時期から夏日が増え熱中症の報道も見られるため、こまめな水分補給が重要です。和泉はつらつクラブでは、空調の整った部屋で無理なく運動しながら健康管理をサポートします。

キャンペーン期間中、見学・体験者にプレゼントがあります！

「パワーウェーブ」は1分間で最大約800回の振動が発生し、座ったままで股関節から足裏まで適度な刺激を与える運動機器で、少ない負担で効果が期待できます。導入してからご利用者に大変好評をいただいております！

利用相談・問い合わせ先  
和泉ふれあいの家  
電話 03--3321-4808



# 和泉はつらつクラブだより



No.4

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

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けます。軽量のプラスチック製の使い捨て容器を使用し、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）



### ここが便利！

- ①利用当日、通所はできないがお弁当は欲しいという場合もお届けします。
- 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。
- ③「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

●料金 **1食700円**  
(おかずのみは650円)

●注文・支払方法  
通所の際や事前電話で直接申し込みをお願いします。

●受け渡し  
和泉はつらつクラブからお帰りの際にお渡しします。

●注意点など  
ご都合などで予約された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。



※写真はイメージです

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