

新入職員紹介

☆デイサービスセンターこでまりの苑



四月に入職しました。ご利用者様に安全で楽しく過ごして頂ける様に支援していきたいと思えます。よろしくお願ひ致します。

(介護員 竹野谷 文子)



四月に入職しました。新参者ですが皆様の足手まといにならぬように、体の続くかぎり頑張ります。よろしくお願ひ致します。

(移送員 清水 正夫)



五月に入職しました。ご利用者様が、笑顔で来苑されます様に、安全に心掛けて参ります。よろしくお願ひ致します。

(移送員 飯田 博之)

☆グループホームこでまりの苑



五月に入職いたしました。皆様の笑顔を大切に日々の生活を楽しく過ごしていただけるように頑張っています。よろしくお願ひ致します。

(介護員 石村 ゆうが)

職員便り(体操編 パートII)

七十七号に引き続き、運動不足解消の手軽にできる体操を紹介いたします。

次の運動を行ってはいかがですか。

一、腕伸ばし体操

鼻から息を吸いながら腕をまっすぐ前に伸ばします。口から息を吐きながら戻します。最後は深呼吸をして終わります。

(五回を二セット)

二、立位重心移動体操

両手でイスの背を持ち、両足を肩幅に開き、背すじを伸ばしたまま、ゆつくりと四呼間で膝を曲げ、四呼間で戻します。

(三回を二セット)



【編集後記】

最近布団を新しくしようと考えています。この時期は何がいいのか…。少し我慢して夏掛け布団にするのがいいのか、今から少しずつ薄く調整が出来るのがいいのか日々迷っています。休日にスマホを片手に色々調べては今の気に入っているし、このままでいいか…と、結局先送りのままの毎日です。

(職員 佐野)

こでまりの苑

昭島市美堀町2-14-25

・デイサービスセンター 042-500-6027  
・グループホーム 042-544-6088

やまぶきの苑

昭島市松原町2-5-5

・グループホーム 042-500-6481  
・法人事務局 042-500-6480

《サービス内容に関する相談・苦情窓口》

在宅サービス部 各事業所

昭島市介護福祉課 042-544-5111(代)

東京都国民健康保険団体連合会 03-6238-0177