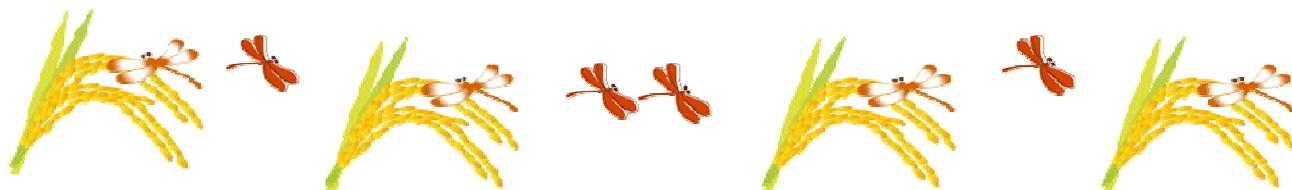


9月も半ばを過ぎて、夜になると鈴虫の声も聞かれ、少しずつ秋らしくなってきました。今年は、9月12日、中秋の名月も良く晴れ、美しい満月を見る事ができましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。日中は気温が高くても、朝夕は気温が下がる日が増えてきます。温度差が大きいので、体を冷やして体調をくずしやすい季節でもあります。体温調節に注意してお過ごし下さい。



## ～ デイサービスセンターにハワイの風が吹きました～

8月29日(月) 愛宕公民館フラダンス教室の皆さんがデイサービスセンターに来てくださいました。8名の女性が色鮮やかな衣装に身を包み、ハワイの音楽に合わせてゆったりとした踊りを披露して下さいました。



ダンスを観るだけでなく、皆さんと一緒に懐かしい歌を歌ったり、フラダンスの説明もしていただきました。フラダンスの手の動きには、愛、花、など一つ一意味があるのだそうです。

利用者の方の中には、レイ(花で出来た首飾り)を首からかけてもらったり、踊りに合わせて一緒に手を動かされる方もいらっしゃいました。フラダンス教室の方々のさわやかなダンスと音楽で、利用者の皆さんは南国の雰囲気堪能されていました。

愛宕公民館フラダンス教室の皆さんありがとうございました！



# 平成23年10月の介護予防教室のお知らせ



ルーエハイムでは、地域の「いきいき介護予防事業」として、太極拳教室、調理実習や、管理栄養士による栄養教室、転倒予防、尿失禁予防体操などの教室を開催しております。興味・関心ある内容の教室だけでもご参加頂けますので、お気軽にお問い合わせください。男性の方も是非ご参加ください！！お待ちしております。

開催日：平成23年 10月7日（金）太極拳  
10月14日（金）転倒・尿失禁予防体操

時間：午後 1時 30分 ~ 2時 30分

場所：ルーエハイム 2階 相談室

参加費：無料

対象者：概ね60歳以上の方、または介護予防に関心のある方



ルーエハイムより各地域への送迎も行っております。 お申し込み時にご希望ください。  
駐車場もございます。

お申し込み、お問い合わせ先

お電話にてお申し込みください

鈴鹿市長法寺町763番地 特別養護老人ホーム ルーエハイム

059-372-3811

担当者 安田・浅岡

\*\*\*\*\*

在宅介護支援センターでは、高齢者・在宅で介護の必要な方への相談援助を行っております。内容により、市役所・地域包括支援センターなど必要な各連携機関へのご紹介をさせて頂いたり、ご自宅へ訪問しご相談をうかがうこともできます。料金はかかりません。お困り事、相談事がありましたらお気軽にお電話ください。

在宅介護支援センター ルーエハイム 担当 安田・浅岡

鈴鹿市長法寺町字権現763番地 電話番号 059-372-3811

訪問・来所相談 平日8:45~17:30 電話相談 24時間受付けております