

# あっとほーむ通信

## わっはっは

平成28年7月27日発行  
第14号  
介護付有料老人ホーム  
豊田ほっとかん

笹が揺れる七夕の季節が過ぎ、スイカのおいしい真夏となりました。  
ほっとかんでは、音楽会や夕食会などの催しものを行ったり、季節を感じていただくために  
玄関に七夕飾りを設置しました。皆様の願い事がかなうといいなと思います。

### 19周年記念音楽会・夕食会



テナーサックスの  
渋い音色にうっとり  
しますね



童謡や皆さんの年代  
の音楽に聞き入ってい  
たり、くちずさんだりし  
ています。



豪華な夕食に舌鼓  
♪お酒もはいつてほ  
ろ酔い気分です♪

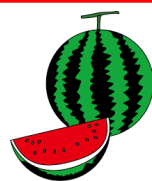
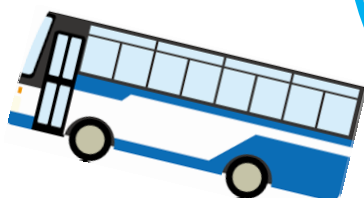


普段とは違う夕  
食に皆さん笑顔  
です！

## 春の親睦会



新東名高速道路の開通に伴って新しく出来た道の駅『もっくる新城』と『ネオパーサ岡崎』に行ってきました！



(かいじよのすけ)

(看護～る)

## 介じよの助とミマモ～ルの編集雑記 『円背(えんぱい)』について

介じよの助: どうもどうも～！新人ヘルパーの介じよの助です！

ミマモ～ルさん、突然ですが『円背(えんぱい)』とはなんですか？教えてください！

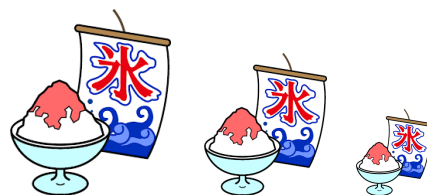
ミマモ～ル: 円背は背中全体がなだらかに丸くなった状態です。閉経後の女性に高確率におこり、多くは骨粗鬆症の進行による圧迫骨折や背筋力の低下によりおこるものです。

介じよの助: ええ～！そうなんですか！何か予防方法はないんですか？

ミマモ～ル: 予防体操がありますよ♪

船漕ぎ体操と言って、両腕を前方に伸ばし、ボートをこぐように腕を体に引き寄せます。**肩甲骨の大きな動きと背骨の伸ばした姿勢を引き出します。**

この時に、しっかり胸を張ってくださいね！



七夕飾りです★  
入居者の皆さんで飾りつけしました！