

幸せをあなたへ

ワクワク素敵なクリスマスを



2021♡12

やったぜ! リハビリ最前線

皆さん、ご存知ですか?

油断は禁物!

転倒しやすい場所の第1位は「庭や道路などの屋外」
第2位が「玄関・ホール」と言われています!!

リラコートでは、リハスタッフも皆様を送迎しております。

住環境を観察することで、いち早く危険を察知!
動作のアドバイスは勿論、皆様にあった運動をご提案します。

～送迎車からご自宅玄関前までの移動編～



手すりのない段差

タイル張りのエントランス

片側手すりの階段

段差のつまづきや、天候によってタイルが濡れ滑りやすい為注意が必要です。また、片側手すりの位置が逆転すると昇段や降段時に不安定になりやすく、この日のT様は注意深く歩かれ歩行も安定されていました。

ご不明な点がありましたらお気軽にご相談ください。

リハビリ 瀧村

ケアコンシェルジュレター

今年も残すところわずかとなりました。
新型コロナウイルスの影響でイベントや活動に制限がある中、ご利用頂き誠にありがとうございました。
来年も皆様楽しんで頂けるイベントを企画してまいります。
今月のイベントは、11日に年末大忘年会と25日にはクリスマスパーティーを予定しております。
今年の締めくくりを笑顔で楽しんで頂けるよう企画しています。
ご参加を心よりお待ちしております。



阿部ケアワーカー主任



渡邊事務員



長崎ケアワーカー

吉川短歌

いよいよ冬本番となってきました。
身も心も温かく過ごしたいですね。

荒川 範明 様

夕暮れの
冷き風に 身をかがめ
立ちすくむ我は 雪だるまの 様



今月のうた

今月のうたは「ゆき」と「お正月」です。
今年も残り1か月ですね。寒さに負けず元気に歌いましょう。

白熱! VS EXバレー

12月より、リハビリゲームの活動で本格的にEX(エクササイズ)バレーを行います!脳活性化や、反射神経アップを行いながら一緒に楽しみませんか!

行事等における特別食のご案内

★ 2,000円

★ 1,530円

★ 1,130円

星マークの表示がされているメニューは特別料金でのご提供となりますのでご確認ください。

水 Wednesday

1 雪の華咲く師走
● 手芸
● ゲーム&トレーニング

雪の華御膳

● 身体活性化教室
● 書道教室 ● みんトレ
● 山形プロのビリヤード教室
● ヨガ体操

木 Thursday

2 日本宇宙飛行士記念日
● 手芸
● ゲーム&トレーニング

GOTO 宇宙
十勝美彩丼

● 身体活性化教室
● リハビリゲーム ● パソコン教室
● スクラッチアート ● 絵手紙教室
☺ DIY 倶楽部

金 Friday

3 みかんの日
● 手芸
● ゲーム&トレーニング

旬の甘鯛
柚庵焼御膳

● 身体活性化教室
● ロコモトレーニング
● カラオケ
● 麻

土 Saturday

4 映画「E-TJ日本公開の日」
● 手芸
● ゲーム&トレーニング

食で紡ぐ郷土料理
絆御膳

● 身体活性化教室
● ロッキー先生といきいき健康塾
● 書道教室 ● パソコン教室
● シネマパラダイス

♡ Feelings are always luxuries ♡

医療法人愛全会
介護老人保健施設

リラコートの愛全

ご見学・体験利用・短時間サービスは、下記までご相談ください。

☎(011)572-0252

〒005-0813 札幌市南区川沿13条2丁目4番45号



すべての出会いに感謝と幸せを
愛全会グループ

♥ Feelings are always luxuries ♥

医療法人愛全会
介護老人保健施設

メタコー人の愛全

☎(011)572-0252

ハッピーサタデー

リラコート年末大忘年会!

12/11 SAT



リラコート 歌合戦!
皆様の素敵な歌声をお聞かせ下さい!

Beautiful Saturday

12/25 SAT



村中川柳



ベランダにつるす大根 冬便り

豪快な漬物野菜が 陣取る店先

藤懸 義久様

柴山 千津子様



月 Monday 火 Tuesday 水 Wednesday 木 Thursday 金 Friday 土 Saturday

<p>6 音の日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&トレーニング</p> <p>美味しさのハーモニー ミックスフライ</p> <p>●身体活性化教室 ●太田先生の籐細工 ●阿部先生の音楽教室 ●麻雀</p>	<p>7 クリスマスツリーの日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&トレーニング</p> <p>人気の牛肉 おもてなし御膳</p> <p>●身体活性化教室 ●中国気功体操 ●麻雀</p> <p>☺レジンで作ろう</p>	<p>8 正月事始め</p> <p>●手芸 ●ゲーム&トレーニング</p> <p>初冬の風物詩 「天婦羅」雅御膳</p> <p>●身体活性化教室 ●書道教室 ●みんトレ ●山形プロのビリヤード教室 ●ピラティス体操</p>	<p>9 地球感謝の日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&トレーニング</p> <p>海と大地の恵み 陶板焼御膳</p> <p>●身体活性化教室 ●リハビリゲーム ●パソコン教室 ●脳活性化教室</p>	<p>10 アロエヨーグルトの日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&トレーニング</p> <p>免疫力UP まごはやさしい御膳</p> <p>●身体活性化教室 ●DJトニーのステップ講座 ●麻雀 ●カラオケ ●テーブルゲーム</p>	<p>11 国際山の日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&トレーニング</p> <p>ハッピーサタデー リラコート 年末大忘年会!</p>
<p>13 双子の日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&トレーニング</p> <p>脂がのった「鮭」 北海四季御膳</p> <p>●身体活性化教室 ●太田先生の籐細工 ●スカットボール ●麻雀</p>	<p>14 南極の日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&トレーニング</p> <p>寒さに負けない マルチビタミン御膳</p> <p>●身体活性化教室 ●中国気功体操 ●絵手紙教室 ●テーブルゲーム</p>	<p>15 観光バス記念日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&トレーニング</p> <p>美味しいものツアー リラコートカレー</p> <p>●身体活性化教室 ●書道教室 ●みんトレ ●山形プロのビリヤード教室 ●ヨガ体操</p>	<p>16 紙の記念日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&トレーニング</p> <p>Happy Birthday お祝い御膳</p> <p>●身体活性化教室 ●リハビリゲーム ●パソコン教室 ●スクラッチアート ●絵手紙教室</p> <p>☺DIY倶楽部</p>	<p>17 飛行機の日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&トレーニング</p> <p>職人技が光る 天婦羅御膳</p> <p>●身体活性化教室 ●ロコモトレーニング ●カラオケ ●脳活性化教室</p>	<p>18 東京駅落成の日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&トレーニング</p> <p>五味をシュート 和風ハンバーグ</p> <p>●身体活性化教室 ●書道教室 ●パソコン教室 ●シネマパラダイス</p>
<p>20 鱈の日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&トレーニング</p> <p>愛彩健美</p> <p>●身体活性化教室 ●太田先生の籐細工 ●阿部先生の音楽教室 ●栄養講話</p>	<p>21 バasketボールの日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&トレーニング</p> <p>かわとろ卵が美味 オムライス</p> <p>●身体活性化教室 ●中国気功体操 ●絵手紙教室 ●テーブルゲーム</p>	<p>22 冬至</p> <p>●手芸 ●ゲーム&トレーニング</p> <p>「ん」の付く食材で 無病息災 誉御膳</p> <p>●身体活性化教室 ●書道教室 ●みんトレ ●山形プロのビリヤード教室 ●ピラティス体操</p>	<p>23 東京タワー完成の日</p> <p>●手芸 ●ゲーム&トレーニング</p> <p>味一番 鯖の味噌煮</p> <p>●身体活性化教室 ●リハビリゲーム ●パソコン教室</p> <p>☺レジンで作ろう</p>	<p>24 クリスマス・イヴ</p> <p>●手芸 ●ゲーム&トレーニング</p> <p>煌めきのクリスマス お造り盛り合わせ</p> <p>●身体活性化教室 ●DJトニーのステップ講座 ●麻雀 ●カラオケ ●テーブルゲーム</p>	<p>25 クリスマス</p> <p>●手芸 ●ゲーム&トレーニング</p> <p>Beautiful Saturday リラコート Christmas Party</p>

ニコちゃんマークのご案内

ニコちゃんマークのついている活動につきましては、事前のお申込みが必要となります。

●レジンで作ろう ●DIY倶楽部

年末年始のご案内

本年もリラコート愛全をご利用頂きましてありがとうございました。誠に勝手ながら下記の期間を休業とさせていただきます。ご迷惑をお掛けいたしますが、宜しくお願いいたします。

12月31日(金) ~ 1月3日(月)

2022年も皆さまのお越しを心よりお待ちしております。