



2023
4

やったぜ! リハビリ 最前線

★運動タイプ診断★

春が近づき運動しやすい季節がやってきました!
自分にあったタイプを診断し、運動してみませんか?
はい → /いいえ... に合わせて進んでみましょう♪



A... 素晴らしい! まだやった事のない活動にもチャレンジしよう!
B... 皆で頑張る! ゲーム&トレーニング、パワーUPトレーニング
リラフィット(要支援の方対象)、ロコモトレーニング
C... 目標を立ててやる気UP! 館内歩行、マシントレーニング
D... ちょっと意識! いつもより背筋を伸ばして歩いてみよう!
ゲーム感覚で! リハビリゲーム(木曜)

ケアコンシェルジュレター

新年度が始まりました。
今後も皆様にご満足いただけるよう、職員一同精進してまいります。
4月よりイベントの日程が変更となりました。毎月第2木曜日と第4土曜日でイベントを実施いたします。
今月のイベントは、毎年恒例の新入職員による、スプリングフェスタとリラマーケット&そらじろうLIVEを予定しています。
ご意見・ご要望をお待ちしております。



長崎ケアワーカー

SDGsを ご存知でしょうか? SDGsとは…?

Sustainable Development Goals
(持続可能な開発目標)の略称です。

簡単にまとめると、「世界中にある環境問題・差別・貧困・人権問題といった課題を、世界のみんなで2030年までに解決していこう」という計画・目標を指し、リラコートでも取り組みを行っています。
次回からは17の目標とその内容について解説します!

土 Saturday

1 エイプリルフール
● 手芸
● ゲーム&トレーニング

陽春の
卯月御膳

- 身体活性化教室
- ロッキー先生とイキイ健康塾
- 書道教室 ● パソコン教室
- シネマパラダイス

行事等における 特別食のご案内

★ 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。

月 Monday

3 日本橋開通記念日

● 手芸
● ゲーム&トレーニング

東京湾グルメ
美彩丼御膳

- 身体活性化教室
- テーブルゲーム
- 阿部先生の音楽教室
- 麻雀

火 Tuesday

4 ヨーヨーの日

● 手芸
● ゲーム&トレーニング

美味しさを込めて
日式中華御膳

- 身体活性化教室
- 中国気功体操
- 麻雀
- カラオケ

水 Wednesday

5 デビューの日

● 手芸
● ゲーム&トレーニング

北の海的美食
オホーツク御膳

- 身体活性化教室
- 書道教室 ● みんなトレ
- 山形プロのビリヤード教室
- ピラティス体操

木 Thursday

6 城の日

● 手芸
● ゲーム&トレーニング



金 Friday

7 世界保健デー

● 手芸
● ゲーム&トレーニング

極旨
牛すき御膳

- 身体活性化教室
- カラオケ
- 脳活性化教室
- 麻雀

8 参考書の日

● 手芸
● ゲーム&トレーニング

サクサク
ソースカツ膳

- 身体活性化教室
- 書道教室 ● パソコン教室
- カラオケ
- 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

みらこーん愛全

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

メラコー人愛全

☎(011)572-0252

スプリングフェスタ

4/6
THU

お楽しみに!!

毎年恒例! 新入職員によるステージ
今年出演者は誰だ!

リラマーケット& そらじろうLIVE

4/22
SAT

旬の食材を
ご用意します♪

14時から
そらじろうさんの
歌声をお楽しみ
ください♪

村中川柳



この句は、雑木林を従え悠々と咲き誇る風格ある
山桜を詠んだものです。

紅一点 雑木林に 山桜

土居 勇様



月	Monday	火	Tuesday	水	Wednesday	木	Thursday	金	Friday	土	Saturday
10	駅弁の日 ●手芸 ●ゲーム&トレーニング 味十色 山海弁当 ●身体活性化教室 ●スカットボール ●麻雀 ☺レジンで作ろう	11	ガッツポーズの日 ●手芸 ●ゲーム&トレーニング 春の香り お花見御膳 ●身体活性化教室 ●中国気功体操 ●テーブルゲーム ●絵手紙教室	12	パンの日 ●手芸 ●ゲーム&トレーニング 味語らい おでん御膳 ●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	13	喫茶店の日 ●手芸 ●ゲーム&トレーニング 喫茶店シリーズ ミックスグリル ●身体活性化教室 ●リハビリゲーム ●パソコン教室 ●絵手紙教室	14	オレンジデー ●手芸 ●ゲーム&トレーニング ★香もご馳走 牛肉のオレンジソース ●身体活性化教室 ●ロコモトレニング ●カラオケ ●脳活性化教室	15	ヘリコプターの日 ●手芸 ●ゲーム&トレーニング Happy Birthday お祝い御膳 ●身体活性化教室 ●書道教室 ●パソコン教室 ●カラオケ ●シネマパラダイス
17	なすびの日 ●手芸 ●ゲーム&トレーニング 美味しさ包んで ミックスフライ ●身体活性化教室 ●テーブルゲーム ●阿部先生の音楽教室 ●麻雀	18	良いお肌の日 ●手芸 ●ゲーム&トレーニング 昔なつかし リラコートカレー ●身体活性化教室 ●中国気功体操 ●テーブルゲーム ●カラオケ	19	食育の日 ●手芸 ●ゲーム&トレーニング ★料理長おまかせ おもてなし御膳 ●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 ●ピラティス体操	20	女子大の日 ●手芸 ●ゲーム&トレーニング 愛彩健美 ●身体活性化教室 ●リハビリゲーム ●パソコン教室 ●絵手紙教室	21	民放の日 ●手芸 ●ゲーム&トレーニング 旬を味わう 山菜丼がき御膳 ●身体活性化教室 ●カラオケ ●脳活性化教室 ●麻雀	22	地球の日 ●手芸 ●ゲーム&トレーニング ★リラ マーケット& そらじろう LIVE
24	日本ダービーの日 ●手芸 ●ゲーム&トレーニング 海と山の恵み 旬菜御膳 ●身体活性化教室 ●テーブルゲーム ●スカットボール ☺レジンで作ろう	25	国連記念日 ●手芸 ●ゲーム&トレーニング 日本の味海鮮陶板 桜華御膳 ●身体活性化教室 ●中国気功体操 ●麻雀 ●絵手紙教室	26	七人の侍の日 ●手芸 ●ゲーム&トレーニング Happy Birthday お祝い御膳 ●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	27	絆の日 ●手芸 ●ゲーム&トレーニング つなぐ一品 鯖の味噌煮 ●身体活性化教室 ●リハビリゲーム ●パソコン教室 ●麻雀	28	庭の日 ●手芸 ●ゲーム&トレーニング 花鳥風月 絆御膳 ●身体活性化教室 ●ロコモトレニング ●カラオケ ●脳活性化教室	29	昭和の日 ●手芸 ●ゲーム&トレーニング 昭和の定番 チキンオムライス ●身体活性化教室 ●書道教室 ●パソコン教室 ●カラオケ ●シネマパラダイス

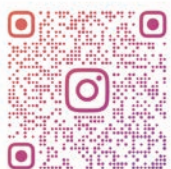


ニコちゃん
マークのご案内

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

リラコート
Instagram



LILACOURT1

今月も活動を
アップしていきます!

スタッフ紹介



酒井
事務員

小川
介護福祉士

近藤事務
リニエ

新しい仲間が増えました!



Nurse'sward

外出を行い健康維持に努めましょう!

外出頻度の高さと認知症には関係があると言われています。四季の景色や風の香り、歩く感覚などで五感が働き脳が活性化するため、認知症の予防にもなります。その他にも様々な良い効果があるため、感染対策を行いながら外出してみませんか!



黒田看護師