

7/8
(Mon)

先着5名様限定!!
お申し込みは通所スタッフまで

ドローン教室



お花の訪問販売

お花屋さん”こはく”



7/19
(Fri)

これから始まるアートヒルズの新活動!

7/29
(Mon)

チャレンジ部始動!!

あなたの“したい”“やりたい”を
私達が全力でサポートします!

キッチンカー

”011icecream”

ドッグセラピー

ワンちゃんたちと
触れ合いを楽しむ



2024.7

7/13
(Sat)

トニーさん
Special Live

心に響く美ら島の音色!
沖縄出身のトニーさんが
沖縄の風を吹かせます!

楽曲
リスト

●「花」●「涙そうそう」
●「島人ぬ宝」その他多数!

食事写真は昨年のものです。

7/24
(Wed)

アート
オリンピック

4年に一度?!アートオリンピック開催!!

皆さまの声援が勝敗を分けるかも...!

ご利用者の参加型競技も準備しています!

金メダルは誰の手には...?

リハビリ HOT NEWS!!

密着! 井上様のリハビリをご紹介します!

出来るか
わからないけれど
やってみようかな...

好きなことをあきらめないで欲しい...
出来れば指も使ってほしい

元々馴染みのある「塗り絵」なら、
やっていたいただけるかな...?

リハビリ職員からの
提案

運動の後に塗り絵を
やりませんか??

手芸が好きで頑張っていたけど
指が痛くて続けるのが大変。
もう手芸卒業するわ...

リハビリでの塗り絵は...

・時間を決めて集中して行う
・わからない所はすぐに
聞くことが出来る

●職員や他の利用者様との交流のきっかけになる
●指の運動になる
●昔、和裁で培った色彩感覚を思い出しながら実施
出来る

手芸を続けられずに落ち込んだ気持ちを
前向きに変えることができる

ご自宅で...

塗り方が
変わったね、等
ご家族からも
褒めてもらえました!



気持ちの面でも変化が!

・運動を頑張ろうと思えるように!
・デイケアが楽しみに!



介護リーダーのひとりと

水分補給で熱中症対策にも効果的!?

暑くなってきた今日この頃。皆さま体調はいかがでしょう?
水分補給には水やお茶を飲むだけでなく、食材から摂り入れる方法もあります。
その中でもおすすめの夏の風物詩“スイカ”。
今回はスイカを食べるべき3つの理由をご紹介します。

- ①熱中症を予防する
スイカは水分が約92%と豊富!エネルギーとなる糖分も含まれ、
熱中症を防ぐ効果があります。
- ②摂りすぎた水分を排出する
スイカに含まれるカリウムは利尿作用を促すので、摂りすぎた水分
を排出してくれます。
- ③血流を促し、むくみを取る
スイカに含まれているシトルリンというアミノ酸は血流を促し、むく
みを取る効果があります。夏は水分の摂りすぎで顔や体がむく
んでしまうという悩みもスイカが解決してくれます。

水分補給でこの夏も
乗り越えましょう!

舞田介護リーダー

心の歌

【緑日】

若き日を
想いださせて
緑日の
賑わいのなか
笑顔あふれる

山崎 民子 様



愛ちゃん
マークのご案内

愛ちゃんマークのついて
いる行事につきましては、事
前のお申し込みが必要と
なります。

- フラワーアレンジメント
- ソフト粘土
- ドローン教室

在宅復帰「超強化型老健」として、おもてなしの心と、自立支援に向けた専門性の高い日本一のサービスをご提供いたします。

医療法人愛全会
介護老人保健施設

アートヒルズ

〒005-0849 札幌市南区石山837-47

(011) 593-0365

担当(年藤・夏堀)



すべての出会いに感謝と幸せを
愛全会グループ

2024.7 Art Hills

医療法人愛全会
介護老人保健施設

アートヒルズ ☎ (011) 593-0365

6月から着任しました、
三谷友香理です。
笑顔で皆さまをお迎えします。
よろしくお願い致します。



通所科長 三谷 友香理

フォローお願いします!

facebook

Instagram

ARTHILLS8500

月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday
1 清涼の文月 ●手芸 文月御膳 ●ロッキー&玲子先生の音楽塾 ●らくらくパワーアップ ●ウクレレ教室	2 蛸の日 ●手芸 ●編物教室 海鮮陶板 北海誉御膳 ●イスロビ ●詩吟道 ●華道 ●パソコン教室	3 通天閣の日 ●手芸 ●書道 浪花のにぎわい 串カツ御膳 ●ボッチャ大会 ●陶芸 ●遊Fit ●ウクレレ教室	4 梨の日 ●手芸 ●エコクラフト ハワイアン ロコモコハンバーグ ●TONYさんのステップ講座 ●山形プロビリヤード講座 ●書道●華道 ●パソコン教室	5 江戸切子の日 ●手芸 ●編物教室 旬のおもてなし 美彩井御膳 ●ダンス学院 ●みんなでクリエイト ●書道 ●パソコン教室	6 サラダ記念日 ●手芸 ●大正琴 ビタミンの力 旬菜御膳 ●中国気功体操 ●民謡

川柳倶楽部

川柳 蝦夷梅雨も 明ける祭りも 心躍る 佐藤 大介様

川柳 リハビリに 散歩する庭 花盛り 小柳 恵美子様

8 那覇の日 ●手芸 海の幸との出会い 涼風御膳 ●ニッキーさんのミュージックタイム ●ドローン教室 ●ソフト粘土	9 ジェットコースターの日 ●手芸 ●編物教室 彩食健美 ●みんなで踊ろう ●らくらくパワーアップ ●詩吟●華道 ●パソコン教室	10 指笛の日 ●手芸 ●書道 旬魚「鯖」 四季御膳 ●スカットボール大会 ●陶芸 ●遊Fit ●フラワーアレンジメント	11 真珠記念日 ●手芸 ●エコクラフト オーロラ花珠 海鮮絆御膳 ●琴音会定期演奏会 ●書道 ●華道 ●パソコン教室	12 ラジオ本放送の日 ●手芸 ●編物教室 ひろがる・つながる味! オムライス ●ダンス学院 ●みんなでクリエイト ●書道 ●パソコン教室	13 ナイスの日 ●手芸 ●大正琴 トニーさん Special Live
15 海の日 ●手芸 魚介が美味しい 盛夏御膳 ●アートtheムービー ●らくらくパワーアップ ●ウクレレ教室	16 虹の日 ●手芸 ●編物教室 冷やし中華 はじめました。 ●イスロビ ●詩吟道 ●華道 ●パソコン教室	17 漫画の日 ●手芸 ●書道 夏の風物詩 焼肉御膳 ●TONYさんのステップ講座 ●陶芸 ●遊Fit	18 北海道清酒の日 ●手芸 ●エコクラフト Happy Birthday お祝い御膳 ●レッツクッキングト ●山形プロビリヤード講座 ●書道●華道 ●パソコン教室	19 やまなし桃の日 ●手芸 ●編物教室 喫茶店シリーズ 和café 鶏の梅照り焼き ●ダンス学院 ●みんなでクリエイト ●お花の訪問販売 ●書道●パソコン教室	20 海の記念日 ●手芸 ●大正琴 鱸の焼き八寸 藍彩御膳 ●太極拳 ●民謡
22 ナツの日 ●手芸 夏は葉のものの 疲労回復御膳 ●ニッキーさんのミュージックタイム ●らくらくパワーアップ ●ソフト粘土	23 スポーツの日 ●手芸 ●編物教室 ビシソワーズの季節 フレンチランチ ●みんなで踊ろう ●らくらくパワーアップ ●詩吟●華道 ●パソコン教室	24 劇画の日 ●手芸 ●書道 アートオリンピック	25 かき氷の日 ●手芸 ●エコクラフト たっぷり夏野菜 アートヒルズカレー ●中国気功体操 ●アートTheパーク ●書道●華道 ●パソコン教室	26 夏風呂の日 ●手芸 ●編物教室 夏のうるおい 清流冷やしうどん ●ロッキーさんと歌おう ●太陽と緑の会 ●書道 ●パソコン教室	27 スイカの日 ●手芸 ●大正琴 味自慢 味覚満喫御膳 ●山形プロビリヤード講座 ●民謡

行事等における特別食のご案内

★ 1,530円

★ 1,230円

星マークの表示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。

29 福神漬の日
 ●手芸
香りもご馳走 若鶏の夢焼御膳
 ●カラオケ大会
 ●キッチンカー
 ●らくらくパワーアップ
 ●アートTheパーク

30 梅干の日
 ●手芸
 ●編物教室
Happy Birthday お祝い御膳
 ●ドッグセラピー
 ●らくらくパワーアップ
 ●詩吟●華道
 ●パソコン教室

31 バラライダー記念日
 ●手芸
 ●書道
味の浪漫飛行 海鮮「匠」御膳
 ●アートTHEムービー
 ●陶芸
 ●遊Fit
 ●ウクレレ教室

スポーツクラブ集団
パークゴルフ

参加ご希望の方は、
リハビリスタッフまでお声掛けください♪