



【新所長ようこそ挨拶】

4月1日に反町地域ケアプラザの所長に就任いたしました「遠藤 千秋」です。

就任初日にとても印象的だったのが反町公園の桜で、みなさんがお弁当を広げ、楽しまれている姿がとても微笑ましく思えました。

このような恵まれた環境でお仕事ができることをとてもうれしく思います。

今回の異動で職員の顔ぶれも大きく変わってしまいましたが、地域の皆さまにとって『地域ケアプラザがあって良かった』と
思っていただけのように、職員と一緒に取り組んで
いきたいと思いをします。

どうぞよろしくお願いいたします。



【デイサービス新職員ようこそ挨拶】

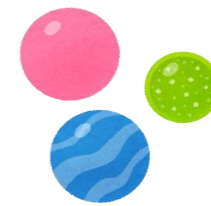


篠原地域ケアプラザより異動してきました、「佐藤 ユカ」です。趣味は旅行で、今までいろいろな所に行ってきました。反町地域ケアプラザの皆様と、楽しく過ごしたいと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。



4月から反町地域ケアプラザに参りました、「青木 弘枝」です。早く皆様のお顔を覚えて、反町地域ケアプラザの一員になれるよう、頑張りたいと思っています。どうぞよろしくお願いいたします。

【健康体操について】



4月から、健康体操が変わります。今回の体操は、ハンドボールを使用する「指先〜腕の体操」と、下肢の筋力維持を目的とした「下半身の体操」を組み合わせたものを行います。

手の指先から足の指まで、身体全体の筋力低下を予防する体操で、実施時間は30分程度となっています。

最初は少ない回数から始めて、慣れてきた頃（3ヵ月位）から、回数を増やしていく予定です。

皆様、無理はしないように、楽しく体操を行い、筋力の低下を防いでいきましょう。

【季節のお食事】



お花見ご膳

桜ゼリー



テイルーム内の亥にも春が来ました(^o^)
平成が終わり新しい時代がやってきます。
皆様にいつまでも楽しんで利用していただけるようなプラザを目指して新しいことにもチャレンジして参りますので、どうぞよろしくお願いいたします。



平成31年4月24日 <発行> 横浜市反町地域ケアプラザ 通所介護
〒221-0825 神奈川区反町1-11-2
TEL : 321-8017 (デイ専用) FAX : 321-8077 (施設共通)