

回覧

地域包括支援センター リバーサイド川島園

サロンの かわしま茶ろん

定期開催致します！！

5月19日 月曜日
10時半～12時
リバーサイド川島園大会議室



気軽に集まり、楽しくふれあいを
深めて交流することが出来る場、
地域の『お茶の間』としてサロンを
開催することになりました。
*出かけることが少なくなつた方
*一人で過ごす時間が多い方
*お話大好きな方
年齢は問いません。
どなたでもご参加ください
**是非、ひと時を皆でわいわい
語らい合いませんか？**
参加は無料です

家族介護者教室

6月18日(水) 13時～15時

ライフデザインセンターにて

黒瀧先生をお招きして、アロマの香りの効
能などのお話を頂き、その後各自の好き
な香りのアロマを選び、ハンド
クリームを作りました。
最後に先生のお心遣いで
オレンジのアロマオイルを
いただき、チョコやマドレーヌ
につけて食べました。



発行元

地域包括支援センター
リバーサイド川島園
住所：川島河田町1348
電話番号：058618912979



次回は家族介護者の
方を対象に
6月18日13時より
「心をつなぐ絵手紙」
を開催します
申し込みが必要で
す
川島包括まで申し
込みください





地域包括支援センターって どんなところ？

ご利用を考えている方
ご相談ください



介護ベッド

歩行器



住宅改修



地域包括支援センターとは、
高齢者の総合相談窓口として、
介護保険の申請を行っています
身寄りがいない方、
地域の使える情報の提供、
高齢者や家族からの在宅生活の不安
病院退院時の相談などを
支援するところです。

*購入商品も
ご紹介できます

カタカナ食品→
ひらがな食品

例えば

- パン→ごはん
- ラーメン→そば
- スパゲティ→うどん
- サラダ→お浸し
- ソース→しょうゆ
- スープ→味噌汁
- オムレツ→卵焼き
- クッキー→煎餅
- ゼリー→寒天
- ジュース→お茶

日本食は世界中で人気の超ヘルシー食です
カタカナ食品をやめて、ひらがなの食べ物に
かえてはいかがでしょうか？

花粉症に悪い食べ物は何でしょうか？
①小麦②油（揚げ物）③加工食品
④添加物といわれています
あなたの食生活はいかがでしょうか？

免疫システムが弱ってくると花粉症
になりやすいと言われてます
自然の物を食べ、適度な運動をし免
疫を強化したいですね

花粉症がづらい季節ですね