

【中央区版】



Best Times

11月号

編集：ベスト・ケア広報委員会

(本社) ベスト・ケア
 〒173-0037
 東京都板橋区小茂根1-25-22-101
 ■居宅介護支援事業所
 ■訪問介護
 ■デイサービス
 ■福祉用具
 ■ヘルスケア

New Sustainable Growth
NSG
 GROUP

地域の力で築く、未来のやさしい介護

～高尾街道おれんじプロジェクト～

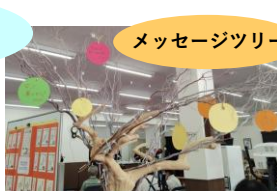
「認知症は誰にでも起こりうる身近なこと」——そんな気づきから始まる「おれんじプロジェクト」が、10月18日に八王子で開催されました。当事者の声、福祉体験、展示、楽しいワークショップなど盛りだくさんの一日を通して支え合う街づくりの大切さが伝えられました。



高尾街道おれんじプロジェクト



今年も社長の発声でイベント開始!!



メッセージツリー



キッチンカー



レンタル事業部
八王子の福祉用具展示



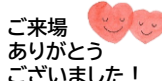
試乗会



昭和の
歌謡曲ショー♪



缶バッジ作り



ご来場
ありがとうございました!

ワークショップ

池袋FM サンデー Smile Talk! 放送中

毎週日曜 13:30～14:00

現在ベスト・ケアでは毎週日曜日13時30分より「池袋FM」で福祉の情報番組「サンデーSmile Talk!」を放送しています。「池袋FM」はインターネットラジオの為、全国どこからでも聴く事ができます。お聴きになるには「池袋FM公式サイト」から右上メニューをクリックし「現在放送中の番組」をクリックしてください。時間になりましたら再生ボタンをクリックして下さい。



～ 11月ゲスト ～

(株)ベスト・ケア
 業務サポート推進本部
 人事支援部
 本部長 押野 見 誠



(株)ベスト・ケア
 & 社会福祉法人 愛宕福祉会

ベスト・ケアチャンネル

新たなYou Tubeを
 アップいたしました!



BEST ズム 湊の ちよこっとコラム 寒暖差疲労について

寒暖差が激しいと体調を崩す事が多くなります。それは、寒暖差 疲労 というものです。寒暖差アレルギーとは似て非なるもので、寒暖差アレルギーは急激な温度変化に対して鼻水や咳が出るのに対し、寒暖差疲労というものはそれらによって引き起こされる倦怠感や眩暈等の総称です。これらを完全に防ぐことは難しいですが、適度な運動習慣を生活リズムに取り入れ自律神経を整えればこれらをある程度予防することができます。

【振替利用のご案内】

暑い日が続いたと思ったら急に冷え込んできましたね。上記で述べたとおり、急激な気温差で倦怠感や眩暈等の症状が引き起こされます。適度な運動を継続することでこれらを予防する効果が期待できますので、お休みの際は振替利用し、自律神経を整え、寒さに強い身体を作りましょう!



BEST ズム 湊 空き枠情報



【通所介護半日型】Best ズム 湊

連絡先：03-6280-4815

担当：増田

	時間	月	火	水	木	金	土	日
AM 25名	9:00-12:05	△	△	△	△	△	△	定休日
PM 25名	13:30-16:35	△	△	△	△	△	△	定休日