

2023.

あったかじんぶん

7月

ベジチェック & 骨密度測定

骨密度は機械に足を乗せて測定の時
どきどきしながら、結果が出るのを
待ちます…。骨年齢は多くの利用者さん
は実際の年よりも高めに出ました(職員
も!)。食べて身体を動かして、元気な骨
を目指します。

野菜を
とろう

ベジチェックはセンサーに手のひらを押し
当て約30秒で、簡単に推定野菜摂取
量が見える化できる機器です。

食べているようで、
あとちょっと足り
ない…方が多かっ
たです。夏野菜の
季節。いっぱい食べましょう!



あったかひとコマ



外で
お茶したり



動いたら
あかんで



洗濯干し
まかしとき～



ポーズ決めてみたり



体操
がんばってます



お～っ!

6月の壁画は…

こんなドレス着てみたい/
ドレスのレディー



菖蒲にあやめにカキツバタ

あじさい&さくらんぼ



梅雨の一筆



姿勢よく
集中して

…美人??



認知症対応型通所介護

☎ 663-8211 西宮市今津山中町 3-23

宝塚医療生協あったかハウス今津

TEL0798-34-6221 FAX0798-37-1613