

# リハビリ+ステーション LET'S 倶楽部

Let's Enjoy Training School

## レッツ倶楽部いわき 通信 5月号

地域密着型通所介護 介護予防通所介護  
～ 半日型デイサービス～

■いわき平窪 介護保険事業所番号:0770407146  
いわき市平窪字諸荷90番地3  
TEL:0246-22-4976 FAX:0246-22-4977

■いわき湯本 介護保険事業所番号:0770407781  
いわき市常盤上湯長谷町五反田85-3  
TEL:0246-38-7064 FAX:0246-38-7063

■いわき郷ヶ丘 介護保険事業所番号:0790400857  
いわき市郷ヶ丘二丁目11-1  
TEL:0246-84-7064 FAX:0246-84-7065

■いわき泉  
いわき市泉町本谷字大田20番地の1  
TEL:0246-58-7064 FAX:0246-58-7074

## 2017年6月1日(木)レッツ倶楽部いわき泉オープン致します!!

皆様に愛され続けて約3年、レッツ倶楽部いわきは4事業所目となる「いわき泉」を6月1日にオープンします。当施設では、明るく元気に楽しく！をモットーに、どの事業所でも元気印のスタッフ達が、ご利用者様を対応させていただいております。ご利用者様おひとりおひとりに、やりたいことをやりたいときに出来る喜びを！日々の生活が安心安全に送れるようスタッフ一同心を一つにしてサービスのご提供をさせていただいております。見学、体験等随時受付しております。トレーニングジムのような明るい空間で、実際のプログラムを体験していただき、イメージをつかんで通所のきっかけになっていただければと思います。お気軽にお問い合わせください。統括マネージャー 片野ルミ子



### レッツ倶楽部いわき泉 スタッフ紹介 明るい笑顔でお出迎えます♪



生活相談員 上野 香 うえの かおり

生活相談員の上野香です。昔から体を動かすのが好きで学生時代はテニス、その後エアロビ・社交ダンスなど習っていました。フットワークを軽くしご利用者様と共にアクティブに頑張ります！



リハビリトレーナー 折笠 薫 おりかさ かおる

リハビリトレーナーの折笠薫です。洋楽・演歌・クラシックと音楽が大好きで特に中島みゆきが大好きです！一緒に音楽を聴き、身体・頭を刺激しましょう！



施設長 鈴木 健之 すずき たけゆき

施設長を務めます、鈴木健之です。私のモットーは“楽しくなければレッツじゃないじゃん”なので皆様に笑顔にしてお帰り頂くことをお約束致します！



看護師兼機能訓練指導員 長谷川 佳代子 はせがわ かよこ

看護師の長谷川です。私の趣味は食べ歩きなので美味しく食べたものをパワーに変えて、ご利用者様とパワフルに楽しく体を動かしたいです！



リハビリトレーナー 上遠野 名保子 かとおの なほこ

リハビリトレーナーの上遠野です。現在、育児に奮闘中です。レッツでも自宅でも満点の笑顔で楽しみます！皆さんも一緒に楽しみましょう！

### レッツコラム ご利用者様の声

#### 正しい歩行で『目からウロコ』？ 筆者：いわき郷ヶ丘 小澤 博 様

「自分の足でしっかり歩きたい」という目標を持ち、レッツに週2回通って約半年になりました。体力は少しいて来たかなと思うのですが、やはり不安は足元。どうしたものかと悩んでいたとき、出会ったのは『靴と足のお悩み専門店ベネシュ』。脚のツボなど東洋医学の説明を受けて納得。先ず足湯に浸かった後に足のマッサージをやり、足の裏にタコができていた場所は肩とつながっているとか…。足はとても大切だと聞きました。靴を購入後は店主から正しい歩行を教わり、4月にはJRで東京にも行くことが出来ました。個人的な感想ですが、この靴で歩くことで少し自信ができました。今日も寝る前、自分の足に感謝を込めてマッサージをしています。



ベネシュいわき店店長 兼 足管理健康療法 講師 たかはら ゆみこ  
高原 由美子

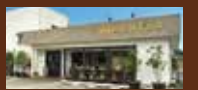
足と靴のお悩み専門店の高原と申します。小澤様の記事何度も何度も読みました！とても嬉しい言葉ありがとうございます。とても前向きなご夫妻に出逢えた事、スタッフ一同感謝しております。足が満たされると、更に満足した人生を歩め、正しい歩き方を身に着けると姿勢が変わり姿勢が増します。毎回来るたびにカラダの変化に気付かれ私達もサポートできること嬉しく思います。

足と靴のお悩み専門店

ベネシュいわき  
☎46-1192

福島県いわき市鹿島町  
走熊字西反町1-1

営業時間  
10:00~18:00



# 昨年、大輪を咲かせた平窪のひまわりが今年も芽を出し順調に育っています。

平窪園芸部「幹部」の皆さんを筆頭に我々スタッフも水やり・手入れに余念がありません。このひまわり達のようにレッツ倶楽部いわきも、昨年より大きく成長できるよう日々頑張っていきたいですね。



今年も元気に育つてね〜♪



平窪園芸部「幹部」のみなさん♪  
我が子のようにお世話して下さっています！



昨年、立派に咲いたひまわり♪

## 湯本施設で大人気！「あしゆらマシーン」

あしゆらマシーンとは、自動的に「びんぼうゆすり」をさせる機械です。神経痛や筋肉痛の緩和、血流を良くしたり疲労回復に効果があります。また、変形性股関節症の保存療法に効果があるとのこと。以前は平窪施設にあったのですが、湯本施設のご利用者様のご希望で湯本施設で使用しているんです。いつも行う体操やマシントレーニングの前後に使用されているお姿に、皆様の健康意識の高さが伺えますね(^\_-)☆



気持ち良い〜♪

## 元気が1番！ 皆勤賞 おめでとう ございます♪



## HAPPY BIRTHDAY

おめでとう  
ございます

