

季節のお便り 【新年のご挨拶】

新年あけましておめでとうございます。
旧年中はひとかたならぬご厚情をいただきありがとうございます。

昨年よりも地域と密な連携をとり、安心・安全を届けるとともに、皆様に満足していただけるサービスを提供していきたいと思っております。

今年一年も社員一丸となり、日々サービス向上に尽力して参りますので、引き続きご支援いただきますようお願い申し上げます。
本年も変わらぬお引き立ての程よろしくお願い申し上げます。
皆様のご健勝とご発展をお祈り申し上げます。



はつらつ活動史 【デイサービス】



デイサービスでは今年も姫路の総社へ初詣に行ってきました。年明け最初の外出で、楽しみにされていた方も多かったですね。お賽銭を投げ入れ、そっと手を合わせてお祈りされていました。「今年も一年健康でいられますように…」とつぶやく方も。参拝の後は皆さんで記念撮影をしました。

今年も皆様が健やかに、また安心して楽しく過ごしていただけるよう職員一同努めて参りますので、よろしくお願い申し上げます。

生活コラム

～ご意見・ご投稿等お待ちしております～

大切な自分の感情と「うまくつきあっていく」ために
社会生活を円滑に営む上では、「感情的にならず」こころの状態をフラットに保つことが求められがちです。無理に感情を押し込めるのではなく、健全にこころの状態をフラットに保つためには、意識的に感情をデトックス(体内から排泄)するのがコツ。では一体、どうすればいいのか見ていきましょう。

『意識的に泣いて、溜まった感情のデトックスをする』
人間は、無意識に、涙を流すことで、快・不快を問わず、強い感情を感じることによるストレスを発散しているといわれています。そこで、その、もともと人間に備わっている「涙を流す」というストレス反応を利用して、日頃抑圧しがちなさまざまな感情を発散していきましょう。
それには、意識的に感情を動かして「泣く時間」をとることです。
本や映画などを利用して「感動」を取り戻す時間を作ってあげることが大切なんです。

ホームページがリニューアルオープン!

ホームページご存知ですか?

テクノ/エイド 姫路

検索

この度ホームページがリニューアルいたしました。
各部門から投稿されるお知らせやブログは必見ですよ!

「見てみたいけど、ホームページの見方が分からない…」そんな方は、お手伝いさせていただきますので、ぜひぜひお気軽にお申し付けくださいませ。

(スマートフォン・携帯・パソコンからも閲覧可能です)

職員紹介のコーナー

今回は訪問ヘルパーの片岡さんをご紹介します。

- ◆介護の仕事をしよと思ったきっかけはなんですか?
祖母の介護が必要になり少しでも手助けしたくて資格を取得しました。人と触れ合うことも好きだったこともあり、この仕事につきました。
- ◆休みの日はなにをして過ごしていますか?
家事を済まして、ゆっくり過ごしています。時間があれば読書やジグソーパズルもしています!
- ◆ズバリ!座右の銘は!?
ギブアンドテイク。

少々大雑把なところはありますが、よろしくお祈りします。



片岡 淳子



ご当地*お国自慢

大分県

やはり大分県といえば『別府温泉』ですよね! もちろんゆっくり入る温泉もいいですが、“見て回る”温泉もなかなか粋でよいのではないのでしょうか? 『別府地獄めぐり』は一度は訪れたい有名観光スポットです。



ワニがたくさんいる
“鬼山地獄”は迫力満天!
足湯のできる地獄もあるようですよ!

テクノからのお知らせ

生活にご不便なことはないですか??

- ◆買い物へ行くのがしんどくなった。
- ◆一人なので通院するのに困っている。
- ◆家のお風呂が深すぎて、入浴するのが大変。
- ◆家の中の段差によくつまずく。
- ◆そもそも介護保険ってどうやって受けるの?

などなど、介護のお悩みや、介護保険の申請・更新手続きなどのご相談を**無料**でご自宅までお伺いしております!

まずは、お気軽にお問合せ下さい★
フリーダイヤル 0120-106-303

★利用者様のお声★

- ・相談は**完全無料**なのが嬉しい
- ・自宅まで来てくれるから助かる
- ・親身に話を聞いてくれた



(株)テクノ/エイドケアセンター姫路(内)

エイジフリー姫路居宅介護支援事業所
パナソニックエイジフリーショップ姫路
あいヘルパステーション
あいデイサービスセンター
あい福祉タクシー
老人協宿舍あおやま
サンライズ津山
TEL 079-267-6303(代表)
FAX 079-267-6307
〒671-2222
姫路市青山5丁目10番19号

<http://www.techno-aids.com>
QRコードからもアクセス可能★



毎月、第3日曜日に『青山ふれあいサロン』を開催しております! 参加ご希望の方は、弊社までお電話よろしくお願いします!