

## 新サービス開始情報！

### 【己斐 短時間型デイサービス『ここからスタジオ』】

1 1月下旬より、ここからフィットネスの会員を対象に試行的に運動トレーニングを主体とした「短時間型デイサービス」なるものを試行してきました。まずは20名の方を対象に「短時間型デイサービス」をどのように運営していくのが良いか検討してきました。



その集大成を2月1日よりここからキャンパス内のスタジオを利用して、主に事業対象者の方を「短時間型デイサービス」という形で受け入れていく予定です。

この仕組みは、いまだ他もチャレンジしたことのない領域ですが、私たち『ここからグループ』の強みである運動トレーニングをフル活用して皆様の**こころとカラダ**の健康を維持改善させていくことをミッションとして励んでいく予定です。

そして、利用者だけでなく地域全体でそういった取り組みを実施できるように頑張っ  
てまいります。皆様の応援も含め楽しみにしておいて下さい！

# OPEN

施設担当 中村・田邊

### 【阿品 健康測定会 開催】

1月25日に阿品もみじビル2階にて健康測定会を行いました。昨年よりコロナの感染が広まり、各ご家庭では自粛生活を余儀なくされています。また定期的に開催されていたサロンや教室も中止が相次ぎ、体を動かす時間が次第に少なくなっている状況です。そのような状況で実際に体の方はどうなっているのか、現状を把握して頂けるように企画いたしました。当日はほぼ定員に近い参加者が興味を持たれお越し頂き、誠にありがとうございます。



ここからグループでは、今後もこのような企画を開催、また定期的に運動教室も開催予定です。コロナに負けずに地域の皆様と一緒に健康になりたいと思っています。

記事 国貞

# 2021年2月2日は『節分の日』

## ◆節分とは…



各季節の始まりの日（立春・立夏・立秋・立冬）の前日のことです。「季節を分ける」ことも意味しています。「節分」は例年2月3日ですが、2021年は暦のずれの影響で1日早まり、2月2日となるのは124年ぶりという珍しい年になります。

なお、消費者庁では毎年、豆を食べたことによる窒息事故に注意喚起しております。特に小さなお子様は喉が未発達で気管に物が入りやすい状態です。子供も一緒に楽しむ行事ですが、気を付けてくださいね。

新春

## お年玉クイズ 当選者発表

お年玉クイズの答えは「ここから」です

クイズに正解して見事当選された方には・・・

「アロマスプレー」を差し上げます！

タオル・カーテン・マスク・ハンカチ等に吹きかけてアロマの香りをたっぷりお楽しみください♪

この度は、おめでとうございます！



## 文芸欄

95才目前にしてコロナ道  
キャンパス

幽翠

悔るいくつ残して年の改まる  
阿品 澄音

初春や盆栽に咲く梅二輪  
己斐 片岡裕恵

鏡台の紅を手にとり雪女郎  
阿品 永野昌人

日本一果報者よと寝正月  
キャンパス 文香

