



## シティ・タワー暮らしの情報局 (第2回目)

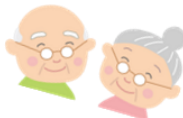


今回は、岐阜中警察署 生活安全課の井奈波様に「詐欺に遭わない為に」と題して、お話して頂きました。岐阜県下の詐欺現状、高齢者を狙った特殊詐欺の増加、警察官を名乗り警察手帳も偽造した巧妙な手口の事件が多発している事を聞き、参加された皆様も真剣な表情で聞かれていました。知らない電話番号、警察を名乗る電話、メールに直ぐに答えるのではなく、一旦冷静になり電話を切り、家族や警察署に相談や確認をするなど、落ち着いた行動が大切と教えて頂きました。大勢の参加ありがとうございました。次回は、6月に企画を予定しております。

(ラシュールメゾン管理室)



### 4月21日(火)健康講座



今回の健康講座は、理学療法士・言語聴覚士から、発声のために必要なストレッチや、トレーニングを紹介させていただきました。自宅でも手軽にできる方法として、ストローを使用した発声と、のどのトレーニングを実施しました。ストローを口にくわえたまま、高い声や低い声を出したり、歌をうたったりしました。ぜひ、自宅でも実施してみてください。

(理学療法士 堀)



## 今月の事業所紹介 NO.53



ボイストレーニング担当  
杉山さん



4月から近藤治子先生より、ボイストレーニングの担当を引き継ぎました、杉山です。

治子先生には、高校時代から師事し私自身のここまでの道を作って下さった大きな師匠です。

先生がこのプログラムを職員の皆様と一から立ち上げられた時代を思うと、ここまで利用者様に待ち望まれるひと時となっていることに、感動をおぼえます。

引き続き、楽しい時間が作れるよう頑張ります！宜しくお願いたします。

### 5月11日(月)健康講座

#### 『フレイルを知って健康寿命！』

日時：5月11日(月) 14:00~14:30

場所：3階 まなびる一む

担当：たんぽぽ薬局 岡山氏

皆さん、気軽にご参加下さい!!

## サンビレッジフーズよりお知らせ

サンビレッジフーズで作ったお惣菜を、  
3階新生会窓口で販売しております!!

販売日時：月曜日・水曜日・金曜日(週3回)

16:30~売り切れ次第終了

金額：1パック 300円



### 5月のお惣菜おススメ!!



5/1(金) ブロッコリーとえびのオムレツ

5/6(水) たけのこの木の芽味噌

5/25(月) 酢豚



夕飯の一品にいかがでしょうか?  
皆様のお越しをお待ちしております!!

### お知らせ

シティ・タワー診療所

5月4日~6日まで休診



歯科・オーラルクリニック

5月4日~6日まで休診



たんぽぽ薬局

5月4日~6日まで休業

