



一人でも多くの高齢者の皆様が安心して生活を送って頂けますように。

グラシマだより

Vol.11
2023.10

発行:株式会社日本トータルライフ 〒192-0352 東京都八王子市大塚213-1 TEL.042-595-8666

グラシマ
リバーサイド立川

廊下で花火鑑賞

昭和記念公園の花火大会をリバーサイド立川の4階から皆様と一緒に鑑賞しました。とても綺麗で、遅れてくるドン!という大きな音に声を出し驚き、童心に帰り、とても楽しい時間を皆様と過ごせました。



グラシマ
立川

納涼祭

納涼祭に向けて準備をし、夏のお祭りを模して飾り付けや大きな団扇を作りました。デザインや配色などを話し合いながら作成に取り掛かりました。納涼祭当日の昼食ではお祭り風のメニュー（焼きそばやフランクフルト、豚汁など）を召し上がつていただきました。その後、金魚すくい、輪投げ、スイカ割り、盆踊りを楽しんでいただき、笑顔あふれる納涼祭となりました。



グラシマ
八王子

レクリエーション

キーボード、ウクレレの伴奏で歌を歌ったり、体操、工作、外気浴など様々なレクリエーションを実施しております。時にはご入居者様が主体となり、「段ボールを使ってテーブルホッケーを作ったんだけどみんなでやっていい?」と、ご自身で作成してレクリエーションを開催して下さいました。これからも皆様が楽しんで生活していただけるよう、イベント・レクリエーションに取り組んでいきますのでお楽しみに!



サービス付き高齢者向け住宅
グランマリバーサイド立川

東京都ランキング1位
(週刊東洋経済 8/12.19 合併号に掲載)



安心で自由な暮らしを
サポートします。

生涯安心して住み続けられる住宅
〒190-0013 東京都立川市富士見町7-36-9
TEL.042-507-1327

介護付有料老人ホーム
グランマ立川



ゆっくりとくつろげる
家庭的な施設を目指しています。

小さなホームで大きなぬくもり
〒190-0031 東京都立川市砂川町 8-8-2
TEL.042-538-1188

介護付有料老人ホーム
グランマハ王子



安心して生活できるよう
支援させていただきます。

ひとり一人に寄り添う介護
〒192-0352 東京都八王子市大塚 213-1
TEL.042-678-6720

運営

福祉・介護43年間の実績と信用

株式会社 日本トータルライフ

A collage of photos showing a birthday party for elderly residents at Granma Tachikawa. It includes a group photo of residents at a table, a close-up of a smiling resident, and a plate of birthday cake.

8月生まれのご入居者様のお誕生日会を行いました。メッセージカードを贈らせていただき、皆様でハッピーバースデーを歌い、ケーキを食べて、素敵なお誕生日会となりました。

グランマ立川

誕生日会

A collage of photos showing the summer festival at Granma Hachioji. It includes a group photo of residents, a close-up of two residents cheering, and a resident in a wheelchair participating in activities.

毎年恒例の夏祭りを開催しました。輪投げやボールゲームで景品をお渡しし、たこ焼き・かき氷・焼き鳥等、屋台のメニューを楽しんでいただきました。ビールがお好きな方にはビールを提供させていただき会話も弾み、賑やかな時間となりました。最後は皆様と一緒に盆踊りを踊り、今年も大盛り上がりの夏祭りになりました。

A graphic design featuring a notebook page with a green speech bubble containing the text "教えて! グランマだより先生!!". Below it is a green icon of a person running and the text "ちょこっと健康コラム". To the right is a large orange box with the text "冷え症や肩こりに効果的 かぼちゃ" and an illustration of a whole kabocha and a slice. A blue bowl filled with kabocha cubes is also shown.

栄養価

βカロテン、ビタミンE、ビタミンB1、カリウム、リン、マグネシウム

効能

冷え症・肩こり予防、疲労回復、風邪予防、ウイルス撃退効果