

# サバティ新聞

- 秦野中井店版 -  
2023.10月号

## 新しい仲間！

この数ヶ月で10人近くの利用者様がサバティ秦野中井店に仲間入りしました(^.^♪  
新しくお仲間に加わった方たちのご紹介をしたいと思います！

皆さん素敵な笑顔で、元気よくリハビリに励んでおります。

ストレッチ体操はもちろんのこと、パワーリハビリでは、カウントを数えながらゆっくり体を動かすことを意識していただいております。

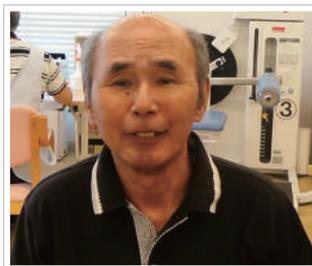
70代～90代と年齢も幅広いですが…サバティ秦野中井店を利用するきっかけは？

- ① 下肢筋力の低下
  - ② 腰痛により日常の活動量の低下
  - ③ 無理のない範囲で運動したい
  - ④ 体力の低下
  - ⑤ 元気で今の家に住み続けたい
  - ⑥ 外出の機会を持ちたい
  - ⑦ 転倒し骨折をしたくない
  - ⑧ 自分の身の回りのことは自分で行いたい
- 等「元気に過ごしたい」と目標は皆様同じ!!



コロナ渦により外出の機会が減り気力・筋力低下にて通所を選ばれている方々が多くなっております。

新しい利用者様がサバティに慣れてきて笑顔を絶やさず「ここに来るのが楽しみ!」と  
言っただけようスタッフ一同全力でサポートしていきます(^.^)/



# 100歳超えても元気！！

9月18日は敬老の日でした。

全国の100歳以上の高齢者の方は過去最多の9万2,139人になり53年連続で増加しているそうです。

現役で仕事をされている高齢者の方にはビックリ(>\_<)

100歳で老人ホームで勤務されている看護師さん、90歳でもマクドナルドで働くスタッフ、食堂で週6日ラーメン作りの合間にスクワット20回されている100歳の調理員、トライアスロンに挑戦している90歳台の方もいらっしゃるそうです。

ホントお元気ですねー!!

サバティ秦野中井店の利用者様も、とっても元気!!90歳台の利用者様は16名(全体の約20%)いらっしゃいますが元気よく笑顔で過ごされており、皆様の目標は100歳まで元気でいたいとのこと。

「良く食べ、良く寝て、良く笑い」いつまでも元気でサバティに来所していただきたいと思います。

## スタッフ紹介



鶴井 美穂

5月より配食のふれあい秦野中井店でお世話になっております鶴井です。

「ありがとう!」「気を付けてね!」等温かいお言葉で元気をいただいております。

美味しいお弁当をお届けできるよう頑張ります(^ ^)/

宜しくお願いいたします。

### 10月生まれのご利用者の皆様おめでとうございます!

6日…… 9日……  
10日…… 13日……  
14日…… 14日……  
29日…… 29日……



### 見学・体験、随時受付中!

月	火	水	木	金
○	要相談	○	○	要相談

・半日型：9:00~12:15 / 13:30~17:00  
・1日型：9:00~17:00

どんなご相談でもお気軽にお問い合わせください!

電話 **0465-46-9595**  
ファックス **0465-46-9596**



CAVATY

サバティ 秦野中井店

機能回復リハビリスタジオ

サバティ神奈川

介護保険事業所番号  
1471400851

〒259-0151  
神奈川県足柄上郡中井町井ノ口2796-3  
<https://www.cavaty.jp/>