

## グループホーム



ちぐさの家 空室 0

## サービス付き 高齢者向け住宅



みつわの郷 空室 2



わかばの家 空室 2



みどりの家 空室 1



こもれびの郷 空室 2



みのりの郷 空室 1



はなみの家 空室 2



ものいの家 空室 2

## デイサービス



なごみの郷 空室 2



きくまの家 空室 1



さくらの家 空室 0



デイサービス大日 空室 3



## マウントバード施設紹介・空室状況

開設主体：株式会社マウントバード		千葉県花見川区千種町231番地		TEL：043-216-1600
施設名	定員	空室	住所	施設電話
グループホーム ちぐさの家	18	0	千葉県花見川区千種町150-1	043-216-0860
グループホーム わかばの家	27	2	千葉県若葉区東寺山町399-1	043-290-8177
グループホーム みどりの家	27	1	千葉県緑区誉田2-11-105	043-292-4907
グループホーム はなみの家	18	2	千葉県花見川区大日町1386-2	043-309-6545
グループホーム ものいの家	18	2	四街道市物井1806-12	043-421-2030
グループホーム きくまの家	18	1	市原市菊間2394-2	0436-63-7235
グループホーム さくらの家	18	0	佐倉市西志津7-14-3	043-235-8071
サービス付き高齢者住宅 みつわの郷	11	2	千葉県若葉区みつわ台1-29-1	043-308-8002
サービス付き高齢者住宅 こもれびの郷	12	2	千葉県若葉区みつわ台1-28-16	043-207-0361
サービス付き高齢者住宅 みのりの郷	15	1	千葉県花見川区千種町154-3	043-286-6555
サービス付き高齢者住宅 なごみの郷	15	2	千葉県花見川区千種町194-1	043-310-3968
デイサービス 大日(通常規模型通所介護)	20	3	千葉県花見川区大日町1386-1	043-306-8068

(空室状況：2022年 11月末現在) ■お問い合わせ 090-6159-5863 (山本)



# マウントバード便り

December2022 <Vol.23>



新型コロナウイルス感染症を防ぐためには、体を動かしたり、屋外でリフレッシュして、心と体の健康を保つことも大切!!と国土交通省では『公園とみどり』を活用した健康的なライフスタイルを提唱しています。感染症対策による活動制限・運動不足の長期化による影響として、ストレス蓄積、生活習慣病の発症・悪化、腰痛、体調不良などコロナ禍の第二次被害が深刻化しているからです。マウントバードの施設でもこの秋から、緑やオープンスペースを目指してお出かけするところが増えていきます。何と言っても、皆さんのほじける笑顔が嬉しいですね♡

久々のドライブ♪晩秋の風や香りを感じたよ ~さくらの家

※中ページをお楽しみください



## 秋の芋ほり♪ ものい×さくらコラボ

オーナーさんに声をかけていただき、ものいの家、毎年恒例の芋ほりに今年はさくらの家も一緒に♪皆さんで芋ほりで～す。わいわいキャッキャ言いながら、楽しいひとときを過ごさせていただきました。オーナーさん、ありがとうございました(^^)♪

# 久々のドライブ♪～晩秋の風や香りを感じたよ

♡さくらの家

グループホーム さくらの家  
佐倉市西志津7-14-3  
TEL: 043-235-8071



令和4年11月22日、最高のお天気を狙って、久々のドライブへGO～!!

何を着ていこうかしら? 帽子、これでいいかな? などなど各々入念にお洒落されてお出かけ準備♪

一路、佐倉ふるさと広場へ向かいます♪

なんと青い空!! はじける笑顔!!

ぽかぽか陽気でとても気持ちの良い一日。

それはそれは楽しいお出かけでした♡

お出かけ(外出)によって、身体的・心理的・社会的により良い効果をもたらします。

「認知症やうつ病の予防」

外出頻度の高さが認知症と深く関係があると言われてい  
ます。外に出ると四季の風景、風や香り、音や歩く感触  
など五感のすべてが刺激されます。体を鍛えると強くな  
ると同じように、脳にもいろいろな刺激を受けることで  
活性化します。また、一人していると様々な考える時間  
が増えるため、悩みをかけてうつ状態になりがち。  
外出は良い気分転換になります。

「体力向上」

外出に伴い、体を動かすことは運動不足の解消になり、  
寝たきりを予防します。体の活動量が多い人は、  
心疾患や高血圧、糖尿病や骨粗しょう症など高齢者に  
多い病気が少なくなる傾向にあり、長寿につながる  
とも言われます。  
体を動かすことで精神的にも元気になる効果があり、  
心身とも生き生きとした毎日が送れるでしょう。



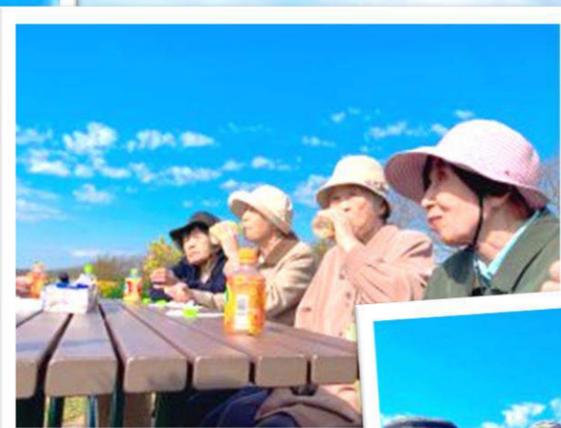
奈良ホーム長



藤澤サブホーム長&カメラマン



ブラボー!!



佐倉ふるさと広場より

本格的オランダ風車がシンボルの  
公園で、春はチューリップ、夏はひまわり、  
秋はコスモスなど  
四季折々の花が楽しめます



さいごはいつもの一本締め「よお〜」(笑)

撮影/ 藤澤さん