

# かみいのだより

とやま生活協同組合  
 とやま生協 輝かみいいの  
 〒930-0827 富山市上飯野14-3  
 TEL: 076-411-6645  
 URL: <https://www.toyama.coop/fukushi/>

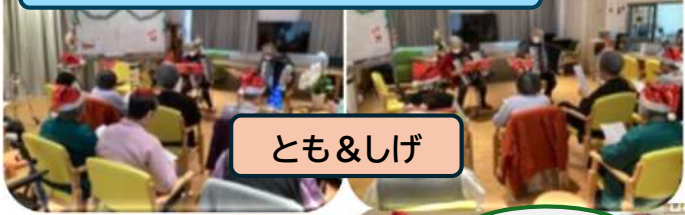


ホームページ

【小規模多機能型居宅介護】

## 12月レクリエーション

## 生協クリスマス会



とも&しげ



♪♪♪

クリスマス会



展望台

イエ〜イ!



美味しい〜

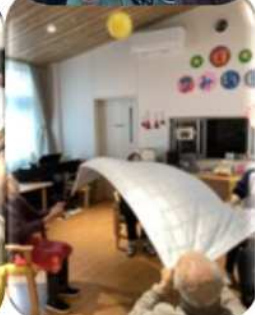


外食レク



海大好き♪

ドライブ



## 1月の行事予定

- ・4日…初詣(晴れたら)
- ・8日…書初め
- ・10日…初釜
- ・11日…鏡開き



※その他、お正月ならではのカルタや福笑い絵馬づくりなど予定しております!

明けましておめでとうございます。本年もよろしくお願ひ申し上げます。今年も機関誌を通して輝かみいいの様子をお届けしてまいります! 今後も、とやま生協10の基本ケアを基に利用者様一人一人がいつまでも住み慣れた場所で安心して生活できるよう、支援してまいります。



## 事業報告 2025年10月現在

組合員数/142,966人 出資金/91億730万円

●総事業高 98億1,969万円(計画比98%)

### 事業分野別実績

<b>宅配事業</b>  89億1,248万円 (計画比98%)	<b>生活支援事業</b>  3億2,847万円 (計画比103%)	<b>福祉事業</b>  3億1,774万円 (計画比99%)
<b>共済事業</b>  8,399万円 (計画比98%)	<b>店舗事業</b>  1億7,199万円 (計画比99%)	<b>太陽光発電事業</b>  499万円 (計画比90%)

## 栄養こはなし

## 便秘予防③つの工夫

### 水分摂取

こまめな水分摂取は脱水予防だけでなく、便の柔らかさを保ちます!

### 運動

尻上げ体操などで体幹(お腹の横)を鍛えることも便秘予防に効果的!

### 食事

乳酸菌など善玉菌を増やす食品や、食物繊維の多い食べ物をバランスよく摂取!

## 生協10の基本ケア

ですね



日中の通いやお泊りのご利用者様をまだまだ募集しています! お知り合いでデイサービス、ショートステイの利用を検討されている方、利用したいけど気に入った施設が見つからず、お探し中の方がいらっしゃいましたら、是非ご紹介ください!

介護のご相談いつでもお待ちしております。

現在当施設をご利用していない方も

お気軽にお問合せください!

☎076-411-6645 担当: 宮島/林

