

ゆうゆう壱番館通信 vol.139

元気だより!



ゆうゆう壱番館は、お元気なうちにご入居いただく高齢者向けマンションです。「住まい」としての自由度、快適性を特徴とし、レストラン・大浴場等の共用施設もあり、又、生活支援・介護サービスも提供しています。

SUSTAINABLE GOALS
ゆうゆう壱番館は「SDGs」に取り組みます!

最新号、またはバックナンバーはこちらから→



発行 **株式会社 不動産中央情報センター**
住宅型有料老人ホーム **ゆうゆう壱番館**
北九州市小倉南区星和台一丁目1番11号
TEL 093-961-0001 / FAX 093-961-6506

第36回 ゆうゆう壱番館「学べる見学会」開催!



60歳から冬の風邪予防対策

『風邪に負けない身体』をつくるためのポイントを学ぼう!



冬になると空気が乾燥し、季節性の疾病インフルエンザ等に、感染するリスクが高まります。年齢を重ねると若い頃とは違い、基礎代謝が落ち、免疫力が低下しやすくなりがちです。今回のセミナーではその予防として、食の観点から自身の免疫力を上げる方法や、感染予防についてお話いたします。



- 開催日: **1月20日(土)**
- 時間: **10:00~13:00**
- 会場: **ゆうゆう壱番館**
- 講師: 株式会社 グリーンヘルスケアサービス
山神 久美子氏、麻生 三和子氏
- 定員: **20名様(完全予約制)**
- 参加費: **無料(ランチ付き500円)**

ご家族で
一緒に
どうぞ!

当日のスケジュール

- ▶ 10:05~10:45 セミナー
- ▶ 10:50~11:30 壱番館 概要説明
- ▶ 11:35~12:10 館内見学
※終了後、個別相談承ります。
- ▶ 12:10~13:00 希望者のみランチ試食
※試食代500円

学びのポイント

- ①季節性の疾病・感染症について
- ②免疫力を上げるには
- ③生活習慣について

※学びのポイントは変更になる場合もあります。



お問い合わせ
お申し込み

093-961-0001

※新型コロナウイルス感染症の感染状況により開催を中止する場合がございます。
※感染防止の為、ご参加の際はマスク着用をお願いします。

講師紹介

(株)グリーンヘルスケアサービス
管理栄養士 **山神 久美子**
病院や老人ホームのヘルスケア部門で管理栄養士として食事提供に携わりながら、健康メニューの提案、他の営業所のサポートをしています。

(株)グリーンヘルスケアサービス
管理栄養士 **麻生 三和子**
管理栄養士としてヘルスケア部門で、市内の病院の献立作成を担当。日々の食事提供に携わりながら、健康メニューの提案等行っています。

謹んで新春のお慶びを申し上げます。

皆様のおかげをもちまして社員一同良い新年を迎え得ましたこと深く感謝申し上げます。弊社は、本年創業50周年を迎え、感謝の心を忘れず、心を調え、今為すべきことを積み重ね、幸せ重ねて良き年に努めてまいります。本年もより一層のご愛顧のほどひとえにお願い申し上げます。



株式会社不動産中央情報センター
代表取締役会長 濱村泰子

経済産業省第1回おもてなし経営企業選受賞 第1回北九州市健康づくり活動表彰 優秀賞受賞

いつも、ずっと、あなたと

不動産中央情報センターグループ

建物、駐車場の賃貸管理

土地、建物の売買・土地の有効活用

60歳からの住み替えの場所に



【守恒店】モノレール守恒駅南側



株式会社 **不動産中央情報センター**

【本社】モノレール片野駅徒歩2分

お元気ですか

住宅型有料老人ホーム **ゆうゆう壱番館**

星和台一丁目バス停そば

ゆうゆう壱番館ピックアップ

お問い合わせ ☎093-961-0001

今月のおすすめ居室紹介

全館 Wi-Fi対応

B館 503号室

1LDK(50.11㎡)

この居室は縦長リビングで、壁面が広いのが特徴です。そのため、収納用品や家具などが配置しやすく、趣味や暮らし方に合わせた模様替えをお楽しみ頂けます。



お一人様入居後の月々の費用例 (60歳から79歳の場合)

家賃	120,000円~
管理費	47,300円
その他	4,125円
【総合計】	171,425円~



A館 408号室

ワンルーム(70.44㎡)

東南向き角部屋のL字バルコニーに囲まれた、過ごしやすい3LDKタイプ。和室、洋室と部屋数が多く、ご夫婦やお二人住まいに適しています。



お二人様入居後の月々の費用例 (60歳から79歳の場合)

家賃	166,000円~
管理費	65,450円
その他	4,125円
【総合計】	235,575円~



◆類型/ 住宅型有料老人ホーム ◆居住の権利形態/ 賃貸方式 ◆入居時要件/ 60歳以上、入居時自立または要支援の方 ◆介護保険/在宅サービス利用可 ◆総戸数/ 128戸 ◆構造規模/ 鉄骨鉄筋コンクリート造9階建一部鉄骨造A棟地上7階建、B棟地上8階建、C館地上8階建 ◆交通/ 西鉄バス星和台1丁目バス停30m、モノレール守恒駅800m ◆事業母体・運営管理/ 株式会社不動産中央情報センター 昭和63年7月開館



壱番館の暮らしをエンジョイしている

「活き活き」さん達を紹介します!



楽しく歩いて、健康づくりをしています!

●入館者T様・男性
適度な運動の推進・維持に係る取り組みとして、毎週木曜日に看護師主導の運動イベントに参加しています。歩行時の笑顔が良いとの事で、ベストスマイル賞をいただきました!



ゲームが、こんなに熱中できるものだなんて!

●入館者K様ご夫婦
壱番館の新しい取り組み『eスポーツ』教室に、夫婦で毎回参加しています。二人でリズムを合わせて行うゲームは、特に楽しみにしています。



参加型の館内イベントは、楽しいですね!

●入館者様(多数)
昨年から好評の『ゆうゆう川柳』。今年も多くの入館者様からご応募いただきました。クスツと笑えるものや、共感してしまうもの等、言葉のセンスが光る作品ばかりです。



音楽を楽しみながら、ピアノも上達!

●入館者H様・女性
認知予防やリハビリを兼ねて始めた『脳トレピアノ』。今年は、練習の成果を発表する機会があり、緊張しましたが、目標を持って練習出来た事は、大きな成果となりました!



【新春特典】春の住み替え準備対策



ゆうゆう壱番館 3つの住み替えサポート

- ① ご自宅の家具・家財整理サポート(荷づくり・荷ほどこ・処分まで)
 - ② ご自宅不動産活用サポート(無料査定・売却・賃貸・管理)
 - ③ 引っ越しサポート(引っ越し会社手配・行政手続きなど)
- ※有料サービスは事前にお見積りします。

スタッフ募集!登録ヘルパー

職種 介護正社員・登録ヘルパー

館内での介護サービス・生活サービス等を行っていただけます。勤務時間、給与、休日等、詳しい条件は、お問い合わせ下さい。



▲採用ページはこちら

お問い合わせは
ゆうゆう壱番館 TEL093-961-0001

