

地域密着型通所介護 介護予防通所介護
～半日型デイサービス～

■いわき平窪
介護保険事業所番号：0770407146
いわき市平下平窪二丁目1-9 TEL：0246-22-4976 FAX：0246-22-4977

■いわき湯本
介護保険事業所番号：0770407781
いわき市常盤上湯長谷町五反田85-3 TEL：0246-38-7064 FAX：0246-38-7063

■いわき郷ヶ丘
地域密着型通所介護：0790400857 介護予防通所介護：0770407948
いわき市郷ヶ丘二丁目11-1 TEL：0246-84-7064 FAX：0246-84-7065

■いわき泉
地域密着型通所介護：0790400931 介護予防通所介護：0770408219
いわき市泉町本谷字大田20番地の1 TEL：0246-58-7064 FAX：0246-58-7074



妻と二人暮らし。
自宅の事は二人で
協力しあって暮らしています。

鈴木昭治様



炊事洗濯など
自分の事は全て
自分で行っております。

白川アヤ様



四人の子供たちが
毎日交代で自宅を訪問。
皆に助けてもらいながら
独居生活を続けています。

佐藤永子様

平窪施設の最年長！昭和3年生まれトリオのご紹介！！

今年で96歳になられた最年長の鈴木昭治様、白川アヤ様、佐藤永子様のお三方に長寿の秘訣を聞いてみました。



95歳以上の男性の平均握力が
6.6kgのところ、なんと25kgです！
長寿の秘訣は暴飲暴食をしないこと。



脚がこんなに開きます！



素晴らしい姿勢！
10月でレッツに通って6年に。
長寿の秘訣は日常生活を正しく過ごすこと。



腕もこんなに挙げられます！



月、水、金の週3回利用しています。
長寿の秘訣はよく食べること。

レッツ倶楽部いわき一丸となって少しでも健康寿命を延ばしていわきに元気な高齢者様を増やし、
いわき全体を元気にしてゆきたいと思っております。今後ともどうぞよろしくお願いいたします！