

ライフケアしかた

～活動報告書～



皆様いかがお過ごしでしょうか？
今回は、3階に設置されたトレーニングルームの紹介です。
新型コロナウイルス感染症対策の為、外出を控え、運動不足やストレスを抱える
スタッフが増えました。
トレーニングを行うことによって、ストレス解消や、姿勢改善による腰痛予防にもなります。
身体も心も1ランク上の介護士を目指して、日々、スタッフが利用しています。
人数制限・換気・消毒など感染症対策も、きちんと行い、利用しています。