

## 先月のご利用風景

気温が下がってきたので



リラックスタイムが好評です♪

お誕生日おめでとうございます



ゴムのボールの運動は



ご自宅でも♪

答えは  
ヒラックスまで

## ヒラックス犬山の最近

【金婚式】といえば結婚50周年という有名な結婚記念日の節目ですが、ヒラックス犬山のご利用者様の平均年齢は87歳🌟  
金婚式はとくに過ぎてしまったという方ばかりです。(ちなみに最高齢は99歳！)  
金婚式以降の節目の名称はご存知でしょうか？

55周年:エメラルド婚式

60周年:ダイヤモンド婚式

65周年:ブルースターサファイヤ婚式

70周年:プラチナ婚式



私ごとですが、結婚10周年(錫婚式)の記念にスイート10ダイヤモンドではなく革の財布を購入。



あれから早10年以上が経ちましたが、壊れることなくこんな風合いになりました。

※金婚式まではまだまだです🌟

## 11月は【霜月】です

これから寒い時期がやってきます。風邪やインフルエンザの予防のため、免疫力を高めるにはバランスの取れた食事が大切です。しょうがやにんにく、きのこ類は体を温める効果があり免疫力をサポートしてくれます。また、運動や散歩も血行を促進し体調管理に役立ちます。

ヒラックス犬山では転倒リスクの少ない環境での運動はもちろん、足湯と同じ効果のある温熱やボディケアがとても気持ちが良いと喜んで頂いております。



※地域密着型なので、ご利用者様もご家族様も安心してお通い頂けます🎵

ヒラックス犬山

横浜市栄区犬山59-1

☎ 045-719-0967