

代表からみなさまへ

東久留米市

AED設置スポンサーとしての取り組み

このたび株式会社悠楽では、東久留米市役所内へのAED（自動体外式除細動器）増設プロジェクトに賛同し、「AED設置スポンサー」として協賛させていただくこととなりました。

本取り組みは、1台のAEDにつき1社がスポンサーとなり、広告掲出とあわせて地域の安心・安全を支える仕組みです。

東久留米市役所という多くの方が利用される場所に設置されることで、地域に根ざした企業としての役割と万が一の緊急時に命を守る環境づくりに貢献できればと思っております。

イラストは当社のロゴを立体化させたユニークなものにしてみました。今後も、福祉事業・地域活動・民間サービスの連携を通じて、東久留米の皆さまにとって「安心できる存在」であり続けられるよう努めてまいります。



悠楽
ホーム

満室



WOR
KLE

見学受付中
利用者募集中



悠楽
治療院

鍼灸師募集中

※詳細はお問合せください

お気軽にお問合せください！



綺麗な一軒家。男性向けの共同生活型で、夜間はスタッフが常駐、食事は手作りで皆さんに喜ばれております。現在満室です。



1階は作業室、2階は食堂兼休憩室。利用曜日、利用時間の相談できます。手作りの昼食はお好きな日のみの注文可能です。



悠楽に興味をお持ちの鍼灸師さん、お話させてください。



代表の
たかぎです

悠楽治療院

担当：トシヒデ

迎香穴（げいこうけつ）をご存じでしょうか？

鼻の横（鼻翼の外側）にあるツボです。

このあたりは血流が豊富な部位で、軽い花粉症や鼻づまりのケアによく用いられます。軽く押しせばらくキープし、ゆっくり離すことで、鼻の通りが楽になることがあります。

鼻づまりは、鼻の粘膜の血管が拡張して腫れることで起こるとされていますが、迎香穴への刺激によって、血流や自律神経の働きが整い、結果として鼻の通りが改善されると考えられています。

私も学生時代に学び、実際に試してきましたが、軽い鼻づまりであれば楽になることが多い印象です。ただし、花粉症や風邪などで炎症が強い場合は、鼻粘膜の血管拡張だけでなく、粘液の分泌も増えるため、迎香穴を何度か試しても、効果は感じにくいです。

このように自分の体調が優れないときは、「どのツボが今の自分に合うのか」を試す良い機会でもあり、実際にいろいろと試してみることもあります。

ただ、さすがに症状が強いときは、無理をせず、お薬の力を借りることも大切だと感じています。結果的に鍼灸はやはり自律神経や血流の調整役だと実感しております。

それぞれの良さをうまく使い分けながら、身体にとって無理のない方法を選んでいけると良いですね。



株式会社 悠楽

〒203-0032 東京都東久留米市前沢4-9-6 小寺ビルF号室

☎ 042-420-9940(代表)

E-MAIL▶▶▶daihyou@39yuraku.net

U R L▶▶▶https://www.houmonhq.com



悠楽ホーム

担当：T

春は新しい環境や気温の変化もあり、気持ちや体調が揺れやすい季節です。

そんな中でも、ホームでは「お花見に行ってきました」と嬉しそうに報告してくださる方がいたり、「新しい職員さんが入ったよ」と教えてくださる場面もあり、春らしい出来事が増えています。

ホームでは、無理に頑張ることよりも、“いつも通り過ごせること”を大切にしています。調子の良い日も、そうでない日も、安心して帰って来られる場所でありたいと考えています。また、お誕生日を迎えられた方もいらっしゃいました。



節目を一緒にお祝いできることを、職員一同嬉しく感じています。いつもホームを温かく見守っていただき、ありがとうございます🏠

わーくる WORKLE

担当：G

🌟新しいメンバーも増えました🌟

WORKLEでは、毎日手作りの昼食を300円で提供しています。食数も増え、昼食作りを担当してくださっているボランティアさんは大忙しですが、毎日お昼の時間には温かくておいしい食事が並びます。改めて感謝の気持ちでいっぱいです。

そんな昼食ボランティアのお一人、たまさんによる「すあまをみんなで食べよう会」が開催されました🌸「すあまを初めて食べる！」というメンバーさんも多く、この日は少し早めに作業を切り上げて、みんなでゆったりお茶タイム🍵🍡



優しい甘さとかわいらしい見た目のすあまに、自然と笑顔が広がり、心温まるひとときとなりました🌟

たまには、こんなまったりした時間もいいですね😊