



サービス付き高齢者向け住宅 南山手十三番館

有料老人ホーム 大浦十三番館

【大浦十三番館空室状況】

部屋タイプ→ A 501 ←居室番号
案内状況 (○ … 空室 ▲ … 商談中)

Table showing room status across floors 3 to 9. Includes columns for floor, room type, and room number. Room 406 and 405 are marked as under negotiation (▲).



3階 (全29室)



2階 (全29室)



1階 (全14室)

Table with title «月額料金例» listing fees: 家賃 90,000円, 管理費 100,000円, 食費 57,600円, 合計 247,600円. Includes notes about management fees and food costs.



«家賃»

Table showing room types (A-F) and their corresponding rental fees in Japanese Yen.

«管理費» ※消費税が別途かかります

Table showing management fees for different room types (A-B and C-F) on floors 3-4 and 5-9.

«食事» ※消費税が別途かかります

朝食 430円 昼食 530円 夕食 830円
1日3食30日ご利用の場合 53,700円

長崎市南山手町3番28号
Tel 095-828-1013

長崎市大浦町3番21号
Tel 095-822-3355



南山手十三番館

レクリエーション

入居様へのレクリエーション活動へお邪魔しました。
 ゴルフボールを入れたプラスチック製のコップを、
 机の上を滑らせた望みの点数のところまで転がす「テーブルカーリングゲーム」。
 参加された皆様は、お互いに応援しあいながら、
 和気あいあいと、楽しい時間を過ごされていました。



また別の日には、カゴに得点の書いた紙を貼り、お手玉を投げ入れる「玉入れ」も行いました。
 1番遠いカゴはなんと500点!! 狙いを定めて投げて高得点を目指しました。
 ゲーム後は「楽しかった」「またしようね」とうれしいご感想をいただきましたよ。
 今後とも、皆様に楽しんで頂けるレクリエーションを開催していきます!!

リハビリ

2階入居様への機能訓練にお邪魔しました。
 ボールを使っての運動、棒の上げおろし運動は、
 腕や足の筋力低下を防ぐ運動となり、日々頑張っておられます。
 頑張った後は、浮腫み、リンパの流れに効果的な、メドマーでリラックスしていただきます。



大浦十三番館

機能訓練

大浦十三番館の4Fには機能訓練室があります。3・4Fにご入居されている方を対象に
 機能訓練指導員のもと、歩行訓練や手足の運動などを行っています。
 今回はボールを使って、指導員の動きに合わせてボールをつぶす、
 腕を動かすなどの運動を頑張っておられましたよ。



ボール体操には、筋力アップや肩・腕の柔軟性を高める効果が期待できるそうです。また楽しみながら
 体を動かすことができ、身体機能の維持や認知症の予防効果にもつながるそうですよ。

体調管理に気を付けながら適度に体を動かす機会を作って、
 日々を元気に過ごしていけるといいですね♪

館内紹介～図書室～



9月に入ってもまだ暑い日が続いておりますが、暦の上では秋ですね。秋と言えば・・・
 「読書の秋」と言う事で、6Fにある図書室をご紹介します。様々な書籍があり、
 お好きな本を選んで、ソファや椅子に座ってゆっくりと読む事ができます。
 読書を楽しんでいる入居様もいらっしゃるようですよ。
 皆様も余暇活動を楽しまれてみてはいかがでしょうか。