

グッドライフ

キューデン・グッドライフが
お届けするアクティブ
シニアのための情報誌

2021.summer
Vol.22



写真：九電ケアタウン



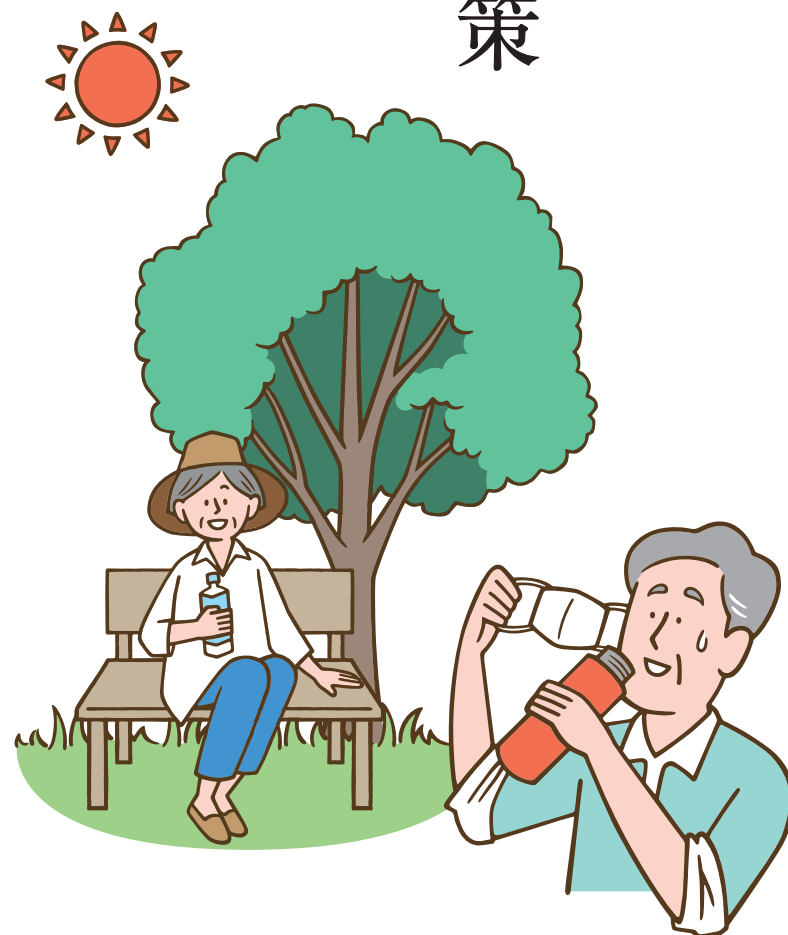
特集

しっかり水分補給！
コロナ禍の熱中症対策



2019年末からはじまったコロナ禍での新しい生活様式。今年ももうしばらく、我慢のときが続きそうですね。ただでさえ暑さの厳しいここ数年の夏。ステイホームやマスクが欠かせない生活の中で、いつも以上に気をつけたいのが、熱中症対策の水分補給です。今回は、コロナ禍で気をつけたい水分補給のコツをご紹介します。

太陽の下でも、マスクの下でも しっかり水分補給！ コロナ禍の熱中症対策



グッドライフ

キューデン・グッドライフがお届けする
アクティブシニアのための情報誌

2021.summer
Vol.22

ごあいさつ	1
コロナ禍の熱中症対策	2
カラダと同じように脳もトレーニング はじめてみませんか!	5
私たちのシニアライフ in 九電ケアタウン	7
施設だより グランガーデン福岡浄水／九電ケアタウン グランガーデン熊本／グランガーデン鹿児島	9
お答えします! 入居について知りたいあれこれ	13

コロナ禍でも笑顔で過ごしていただくために。

新型コロナウイルス感染症が長期にわたって猛威を振るう中、「マスク」や「フェイスマスク」の着用、「アクリル板」や「オンライン画面越しの会話」が、日常の風景となりました。これらは、飛沫等を防ぐ役割を果たす一方、透過する光や音に、いささかの曇りを与えます。

そうした曇りは残念ですが、その曇りを補う方法はあると感じております。例えば、口元は隠れていても、目元を通じて笑顔をお伝えすることはできます。アイコンタクトや手振り・身振りといった、言葉を補助する手段もあります。整った身だしなみは、相手への敬意と仕事への姿勢を無言のうちに語ります。会話においては、よりお気持ちを受けとめられるよう、相手の立場にたってお話をお聴きするとともに、丁寧に思いやりのもったいた言葉づかいと、はっきりとした声でお話することが肝要です。

それらに共通して大切なことは、根幹としての「礼節」を重んじる心、そして、それを相手に見える形で現す「接遇」です。



(株)キューデン・グッドライフ
代表取締役社長
永友 清司

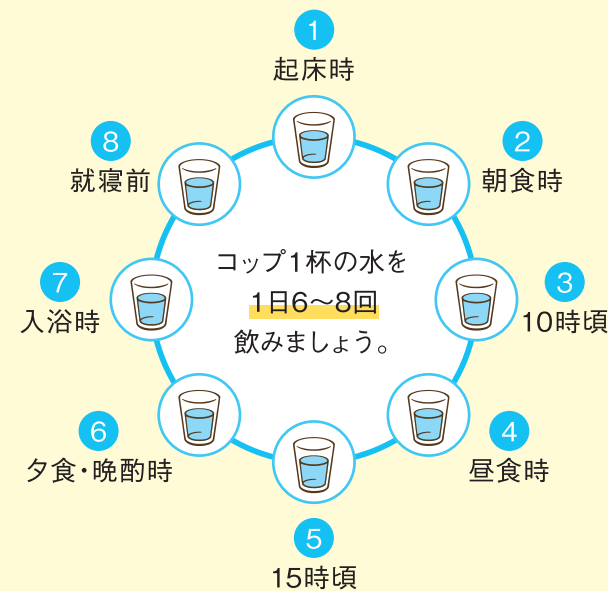
もとより、これらのことは、私共が平時にあっても日常的に心がけ、実践すべきものです。ただ、コロナ禍という制約のなかにあつては、コミュニケーションの質を高め、心から心への透過度を上げていくことを、より意識する必要があると考えます。創立以来、私共キューデン・グッドライフグループでは、「接遇」を重視し、計画的な研修、定期的なチェック、目標の設定や標語の唱和、接遇責任者やリーダーを置いての会議等、レベル向上に組織的に取り組んでおります。

その「接遇」の心根にあるべき「礼節」は、立場の違いに関わらず双方向のものであります。双方向に通じあつてこそ、より大きな傘となつて開き、不安や不信の雨を防ぎ、お互いの安心と信頼を守るものとなると信じております。



水分補給の王道は水。

日常の水分補給に最もオススメは、やはり水です。糖分、塩分、カフェインも含まれていないため、過剰摂取の心配もありません。普段は体温に近い常温で、熱中症対策の場合は5～15°の少し冷たい水がいいといわれています。



お茶はノンカフェイン 麦茶、そば茶、黒豆茶……

お茶はもちろん適量であれば問題ありませんが、カフェインが含まれているので摂りすぎは注意が必要です。たくさん飲むなら、ノンカフェインの麦茶やそば茶がオススメです。



スポーツ飲料や経口補水液は、脱水症や熱中症の予防に

糖質や電解質(ナトリウム、カリウム)の濃度が高いので、日常での水分補給というより、脱水予防に最適です。

※食塩・カリウム・糖・水分制限などがあり、治療中の方は、かかりつけ医にご相談ください



注意！ お酒は水分補給にはなりません！

アルコールには利尿作用があるため、体内の水分を出してしまい逆に脱水が進行してしまうことがあります。嗜まれるときは、お酒と同じ量の水を飲むとよいでしょう。



どう摂る？
なにを摂る！

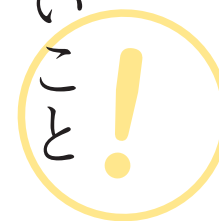
水分補給のポイント

水分といっても、冷たいお水や温かいお茶、スポーツドリンクなど、種類はいろいろです。では、夏の水分補給にぴったりのものは？
どんなタイミングがいいのか？など、改めて確認してみましょう。

マスク生活の中で
気をつけておきたいこと



ステイホーム中に
気をつけておきたいこと



マスクの下 熱のこもりに用心！

私たちは普段、息を吸うことで体に冷たい空気を取り込み、息を吐くときにあたいたかい空気を体の外に出しています。しかし、マスクをつけていることで、冷たい空気を吸うことが難しくなると、体内に熱がこもりがちです。また、息苦しさで、いつもより呼吸を多くすること、運動をしたような状態になり体温上昇にもつながりがちです。

マスクを外すのが面倒 は要注意！

マスクをしているとつい外すのが億劫だったり、まわりに気を使ったりで、水分補給がこまめにしにくいものです。また、のどの渇きを感じにくくなります。

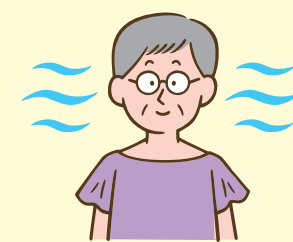
心がけたいポイント！



のどが渇く前にいつも
以上にこまめな水分補給



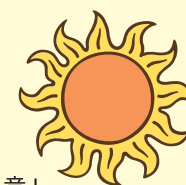
冷却グッズなどを
上手に活用しよう！



お出かけは風を通しやすい
通気性のよい洋服で！

心がけたいポイント！

お家の中でも
直射日光や
室温上昇に要注意！



一日一回お散歩など
運動を兼ねたお出かけを

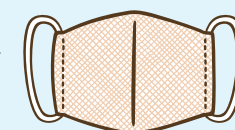


毎朝コップ一杯など
水分補給の習慣を

お出かけ ワンポイント

お散歩やウォーキングなど、人との接触が少ないお出かけには、通気性がよく蒸れにくい素材、冷感加工がされた生地などを使った夏用マスクを選んでみるのもオススメです。

- ・アイスコットン・天然キシリトール
- ・麻(リネン)・ダブルガーゼ



いつも以上に外出を控えて、お家で過ごすことが多くなりそうなのこの夏。気をつけておきたいのが、**室内での熱中症**です。室内での熱中症は、気づかないうちに進行しているケースがよくあります。また、外出が少ないと、体が外の暑さに慣れていないため、涼しい室内から急に暑い外に出ると熱中症のリスクが高まります。

\\ 例えば /

こんな問題に挑戦！

18日

注意
集中

記憶

漢字ジグソー

漢字のパーツを組み合わせて、漢字1字をつくりましょう。

月	日	正答数
時間	分	秒
		/9

①

もとの字

④

もとの字

⑦

もとの字

②

もとの字

⑤

もとの字

⑧

もとの字

③

もとの字

⑥

もとの字

⑨

もとの字

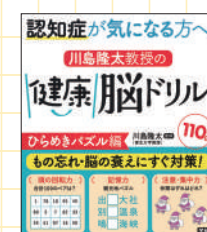
31

出典：川島隆太教授の健康脳ドリル 110日 ひらめきパズル編／学研プラス

\\ おうちでできる！ /

カラダと同じように 脳もトレーニング はじめてみませんか！

20歳ぐらいをピークにどんどん低下するのが脳の機能。
「最近、物忘れがひどくて」と、感じた経験は誰でもありますよね。
でも、トレーニングを積むことで、何歳からでも認知機能を向上させることができます。
今回はテレビなどでも話題の「脳トレ」こと、脳のトレーニングを紹介してみよう。
ぜひ気軽にはじめてみませんか！



BOOK

日本における脳研究の第一人者、東北大学の川島隆太教授が
監修を務める「健康！脳ドリル」によると、脳トレのポイントとして
次のようなことがあげられています。



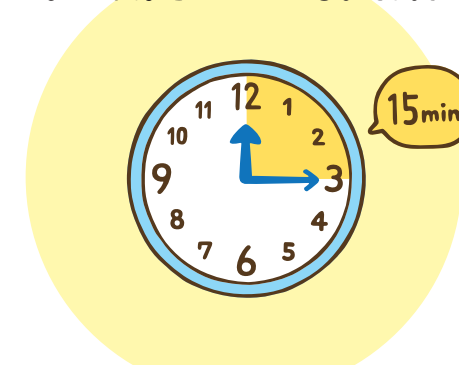
POINT
2

毎日コツコツ！

POINT
1

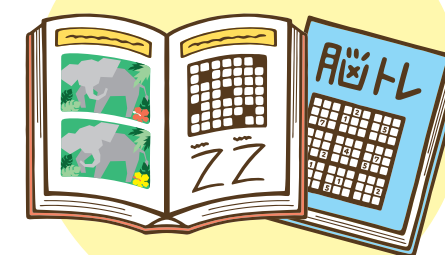
脳トレは
パッパッパッと！

15分以内の短時間集中。



脳を使うことは、カラダを動かすのと同じように
労力が必要です。エネルギー不足で集中力が途切
れないように、短い時間で毎日続けましょう。

簡単な問題を
速く解いてみよう。



間違えを心配するよりも、できるだけ速く解いてみ
ることが肝心。速く解くことで、脳の情報処理速
度があがります！

※①【泳】②幸③花④陽⑤陽⑥時⑦時⑧時⑨時



庭の花と木を楽しむために事典を購入。
毎朝の散歩が健康の秘訣



実様…自分たちの暮らしを守りながら、サポートをいい具合にさせていただける点です。レストランもシニア向けで美味しくアレンジされているので、ほとんどはそこを利用してありますが、週に2日は、最寄りのイオンまで出かけて好きなものを買って帰ります。しかも、行きは運動を兼ねて徒歩で、40分かけて出かけ、帰りは施設のバスを利用して帰ります。他にも、景色も楽しめる大浴場と気軽に入れる自宅のお風呂も両方楽しんでいます。また、コロナ禍では施設内でワクチン接種を受けることができました。これはとても助かりました。こちらが困りそう

—入居してよかったと感じていることは？

遠藤多美江様（以下、多美江様）…毎日、庭の気持ち良さを満喫していますよ。まず朝は4時に起床。庭を眺めながら紅茶とクッキーをいただきます。その後、7時から2人で庭を散歩。一周だいたい1、000歩で、3周まわっているんです。道すがら、しりとりと、足し算、引き算をしながら歩いています。この「ながら」が頭をシャキッとするにはいいみたいです。その後、レストランで毎日「デリシャス」な朝ごはんをいただいています。

—入居されてからの暮らしは？

実様…「失敗しない老人ホームの選び方」といった本を読んだり、他にもいろいろな調べたり自分なりに研究をしています。

—九電ケアタウンと出会ったきっかけは？

遠藤実様（以下、実様）…それまでは東区のア일랜드シティのタワーマンションに住んでいました。マンションを出るとすぐに公園があって、すごく気持ちのいいところでした。しかし、年を重ねて健康に不安を感じるようになってきました。というのも、私自身が20年前に脳梗塞を患っているんです。それから、一昨年には非常に希少な胸腺（きょうせん）癌の手術も受けました。そんなこともあって、ケア付きの施設というものに興味をもったんです。

—2020年12月に入居されたそうですが、ご入居のきっかけは？

計算しながら、しりとりしながらで、
日課の「ながら」散歩を楽しんでいます。

遠藤実様・多美江様の暮らし



とても仲良しの遠藤様ご夫妻

実様・多美江様…これから施設の庭の一部をお借りして、さつまいもを植えてみようと思っています。収穫時には、親戚の子どもを招いてわいわいといも掘りをしていすね。また、コロナが落ち着いたら、転勤で訪れた地など、これまで暮らしたところをまわってみたいと2人で話しています。あと、これまでもエジプトでピラミッドをみたり、ニュージーランドでトレッキングしたり、海外旅行にはよく出かけていました。でも、ヨーロッパだけは機会がなくまだ訪ねたことがないんです。ヨーロッパ旅行のためにも、ますます健康で元気に過ごしたいですね。

—これからやってみたいことは？

なことは、先んじて手伝ってもらえている感じです。（※5月21日と6月11日に2回の接種が済みです。）

実様…初めて施設を訪ねて案内されたとき、ホテルのようなロビーに入ると、平山郁夫さんの「シルクロード」の絵があったんです。実は、私はシルクロードを訪ねて旅したことがあるんです。まずは、そこに出会いを感じました。それから、何より対応してくださるスタッフの気持ち良さですね。更に、自分たちの暮らしには欠かせない、庭の美しさが気に入りました。

—どんなところが気に入られましたか？

た。そんな時にちょうど新聞広告で九電ケアタウンに出会い、早速、足を運んでみたんです。「こんなところで暮らしたい」と考えていた施設にぴったりな場所でした。



今回はオンラインで楽しく取材させていただきました

入居者さまに
お聞きしました

私たちのシニアライフ

in
九電
ケアタウン



九電ケアタウン

広大な敷地内に緑あふれる九電ケアタウン。
さまざまな花が咲く庭園では、季節の移り変わりを肌で感じることが出来ます。
また、地元まつわるイベントなども開催しています。



グランガーデン福岡浄水

閑静な住宅街にあるグランガーデン福岡浄水。
ちょっと足を延ばせば動物園や植物園も近くにあり、
一年中お散歩が楽しめます。



移乗をサポートするHug



**介護ロボットの導入で
よりよい介護を図っています**

九電ケアタウンでは、進んでいくデジタルトランスフォーメーション（DX）の流れに乗り遅れないように、効率よい介護の実現のために介護ロボットを導入しております。第1弾の、Hugはご入居者の「ベッドから車椅子間」「ベッドからトイレ間」などの移乗を支援する介護ロボットです。現在2台を導入しました。介護スタッフは女性が多く、移乗する際には腰に負担が掛かり、腰痛は介護士の職業病ともいわれます。介護ロボットをうまく使うことで、ご入居者に安全に移乗していただき、かつスタッフの負担軽減を図っています。



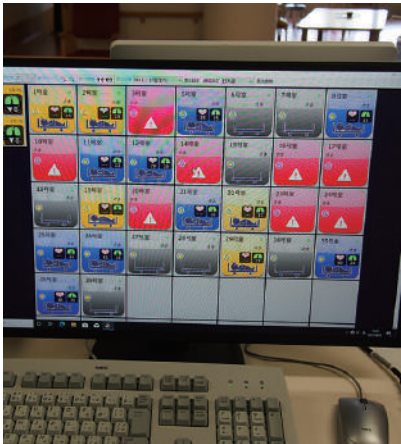
和楽器と洋楽器のコラボレーション

コンサート

津軽三味線奏者 森永基木さんを中心にピアノ・バイオリン・琴とのコラボレーションで黒田節など名曲の数々を演奏していただきました。迫力のある演奏に皆さま感激されていました。

開業10周年＆11周年イベント

グランガーデン福岡浄水は2020年5月1日で10周年を迎えることができました。昨年は新型コロナウイルスの影響で、予定していた10周年イベントが開催できませんでしたので、今年開催する運びとなりました。



眠りスキャンの画面

第2弾は「眠りスキャン」です。多くの施設で夜間早朝などは限られた人員配置となります。そうした中、効率的にご入居者の状態を把握するために、ご入居者の睡眠状態を把握表示し、その推移を記録することで、生活リズムを把握する介護ロボットです。

介護ベッドにセンサーを設置するだけで、入眠状態、呼吸、心拍数、在離床をパソコンや携帯端末でリアルタイムに確認することが出来ます。記録の蓄積により、ご入居者の生活リズムがデータ上でわかるようになります。起床時の声かけも目を覚まされたところで行い、自然なお目覚めが出来るようになっていきます。

それに伴い、体調の変化にいち早く気づけるようになり、病気の早期発見につながっていくと思われます。早期発見が出来れば、入院することなく嘱託医との連携にて治療が可能になりますので、ご入居者のご安心にも役立っていくと思います。



「兎月の柏餅」と「吉塚うなぎのうな重」

お取り寄せグルメ

開業記念お取り寄せグルメを楽しんでいただきました。第1弾は「兎月の柏餅」、第2弾は「吉塚うなぎのうな重」、第3弾は「チョココレートショップのケーキ」。新型コロナウイルスで外出がままならない中でのお取り寄せグルメは大変ご好評をいただきました。



飾り付けとスペシャルディナー

レストラン

開業記念スペシャルディナーをご用意。風船アーチを飾り付けて皆さまをお迎え致しました。皆さま大変喜んでいらつしやいました。



菜の花の名所

菜の花散策

郊外レクリエーションとして、自社のシャトルバスで座席の間隔を充分に取り、換気を十分にしながら、福津市近郊の菜の花の名所に散策に出かけました。

一面菜の花に埋め尽くされた畑に、ご入居者の皆さまは満面の笑顔で、久しぶりのレクリエーションを大いに楽しめました。

お食事は、コロナ感染の拡大防止のため、お楽しみいただくことはできませんでしたが、楽しい一日となりました。



ソーシャルディスタンスを守りながらワクチン接種



**新型コロナウイルス
集団ワクチン接種**

協力医療機関の佐田病院さん協力のもと、グランガーデン福岡浄水内のホールにて、5/18（火）、5/19（水）の2日間で新型コロナウイルスの集団接種（180名）を実施しました。大きな混乱もなくスムーズに実施ができ、ご入居の皆さまも一安心されていました。新型コロナウイルスが早く終息することを心から願っております。



グランガーデン鹿児島

雄大な桜島をのぞむ絶好のロケーションがお部屋から楽しめる
グランガーデン鹿児島。周辺には野球場・テニスコート・プールもある
鴨池公園が近くにあり、スポーツ観戦やウォーキングにも最適です。



グランガーデン熊本

日々復興がすすむ熊本城を目の前にのぞむグランガーデン熊本。
上通・下通のアーケードもすぐ近くで便利。
美術館や博物館も近く、アート鑑賞にも最適です。

テレビ体操

グランガーデン熊本では、月曜日から土曜日の朝9時半から、2階ホールで『テレビ体操』（「NHKみんなの体操」「ケアビクス（高齢者や障がいのある方に向けて開発された有酸素運動）」を行っています。スクリーンの映像をお手本に、支配人をはじめ、スタッフもご入居者と一緒に関わりながら行います。体操は自由参加となっており、10分ほどの体操ですが、日常生活動作の維持や、健康増進の為、この体操を日課に励まれています。



朝から元気に体操

レストラン人気メニュー

日々の生活の中で、多くの皆さまが関心を持たれているのは食事ではないでしょうか。その食事を提供するレストランのことを知っていただこうと、「レストラン通信」を創刊いたしました。日ごろ見ることができない厨房内部の様子や、おすすめメニューなどを記事にして紹介しています。今回は、その中から

1月～3月のレストラン人気メニューを紹介したいと思います。

朝食1位：あじの塩焼き

昼食1位：太平燕（たいびーえん・熊本の郷土料理）

夕食1位：春野菜と海老の天ぷら
という結果でした。



食事は日々のたのしみ

毎日の食事を楽しんでいたただけのようスタッフ一同、これからは励んでまいります。「レストラン通信」はグランガーデン熊本のホームページ内のスタッフブログでもご紹介しております。
ホームページへは、QRコードからアクセスいただけます。



ホームページ改修中

グランガーデン鹿児島では、今年、ホームページを刷新するよう計画し、進行中です。お客さまに、より興味を持っていただけるように、今までよりも見やすく、操作し易いホームページになるように試行錯誤して取り組んでいます。また、皆さまにグランガーデン鹿児島の外観のみならず、内部も是非ご覧いただきたいの思いから、ドローン撮影による動画や、館内を360度ご覧いただけるパノラマ映像を用意し、共用部分から居室内部まで細かく見ていただける予定です。7月下旬から8月上旬を目途に進行しておりますので、完成の折には是非ご覧ください!!



ホームページはイメージです

少し豪華な夕食

レストランでは毎月季節を感じることもできる特別料理を提供させていただいておりますが、その他にもいつもとは違う「少し豪華な夕食」を計画し、お楽しみいただいております。これまでに鹿児島名物「黒豚とんかつ」や「大海老フライ」「鯛の塩焼き（一匹物）」などを提供させていただき、ご入居者の皆さまにも大変喜んでいただきました。レストランのオープンと同時に多くのご入居者が来店され、「毎日こんな物を食べたいねえ!!」「揚げたてだから美味しい!!」とにこやかに箸を進めていらっしゃいました。いつもよりレストランの滞在時間も長くなり、会話も弾んでいる様子を見ることができ、スタッフも嬉しくなります。

これからも、ご入居者の皆さまに少しでも喜んでいただける食事を提供してまいります!!



特別な夕食で会話も弾みます

生け花体験

コロナ禍で、大きなイベントが開催できない状況の中、介護居室の皆さまに、お花を通じて季節を感じていただけるよう、ご希望の方で毎月1回の生け花を行っています。お花を生けている時の真剣な表情からは、集中して取り組まれているのが伝わります。そして作品が完成すると、納得の出来栄えに満面の笑みがこぼれます。

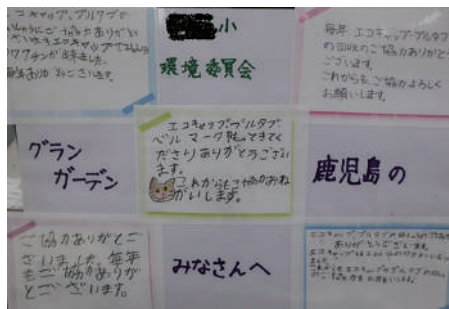
皆さまが生けたお花は、介護フロアに飾られ、介護居室で過ごされる方々や、私たちスタッフの目を楽しませてくれます。



思い思いの生け花とともに

ペットボトル蓋の寄贈

グランガーデン鹿児島では、資源の再利用やエコ活動の一環として、社員はもとよりご入居者、協力会社の皆さまと一体となって「ペットボトル蓋、空き缶プラタブ」の収集活動を展開しています。集めた収集品は環境活動に取り組んでいる近隣の小学校へ寄贈しています。昨年度の実績は、
ペットボトル蓋 約27kg（11,000本分相当：ワクチン支援活動）
空き缶プラタブ 約1.6kg（4,500本分相当：車椅子寄贈支援活動）でした。そして、その御礼にと、同校環境委員会の皆さまからお手紙をいただきました！自筆で書かれたお手紙を目にすると、「取り組んできて良かった」と心から思います。環境委員会の皆さま、本当にありがとうございます。今後も、環境活動・地域貢献活動に積極的に取り組んでまいります。



自筆メッセージ

お答えします！

どう進めるの？どう解決するの？こんな質問が寄せられています！

入居について知りたいあれこれ

キューデングッドライフでは、各施設への入居を検討されているみなさまに、見学や体験入居などを実施しております。しかし、なかなか気軽に足を運びにくい昨今。入居に際してみなさまからよく寄せられる質問などを、まとめてご紹介します。



Q 他市町村から入居する際の手続きがありますか？

A ご相談ください

有料老人ホームでは住所特例の制度があります。この制度は、住民票を移しても、移す前の市町村が引き続き保険者となる仕組みの事で、給付費の負担が特定の市町村に偏らないようにするための特例です。転出・転入の手続き方法は市町村で異なりますので、住民票を移す前には是非、施設にご相談ください。



Q 海外生活から帰国の予定。入居は可能でしょうか？

A ご入居は可能です

海外から帰国される方は、まずは日本で住民登録を行ってください。そのうえで、健康保険、公的介護保険にご加入いただく必要があります。（外国籍となられた方でも、3か月を超えて日本に在留する方には、住民票が作成され、健康保険・介護保険の加入対象となります） また、入居契約には実印が必要なため、印鑑登録の手続きも必要です。



Q 身元引受をしてくれる人がいない場合はどうなりますか？

A お気軽ににご相談ください

ご入居にあたっては、身元引受人と連帯保証人を定めていただく必要があります。（同一の方でも結構です）これらの方がご家族やご親族、お知り合いの中にいらっしゃらない場合は、成年後見制度の任意後見や保証会社を活用する方法があります。必要に応じ、成年後見センター、司法書士、保証会社等をご紹介しますので、お気軽にご相談ください。

Q 引越しとそれに伴う家財処分は相談できますか？

A お気軽ににご相談ください

引越し及び家財処分については、信頼できる業者をご紹介します。入居日が決まりましたら、まずはお持ちいただくお荷物と処分するお荷物を選別することから始めてください。お引越しはご入居までに一番体力を使う作業です。ご無理をされ体調を崩されるお客さまもいらっしゃいます。スムーズにご入居いただけるようにサポートいたしますので、お気軽にご相談ください。

Q ペットを飼っています。一緒に入居できますか？

A 残念ながらできません

残念ながら、当グループの施設ではペットと一緒にご入居いただくことはできません。ご入居までに、ご家族やご親族、お知り合いの方にお預けになるか、動物保護団体等を通じて里親をお探しになるか、長期預かりが可能なペットホテルをお探しいただくこととなります。最近では、事情により飼えなくなったペットを生産にわたり預かる団体もございます。お困りの際は、お気軽にご相談ください。



Q 公的介護保険を利用する時のことも知りたいです

A ご相談は随時対応します

ご入居後、施設で過ごしの際に介護や日常生活の支援が必要となった際には、保険者（市町村）から要介護・要支援の認定を受け、施設と介護の契約を結ぶことにより、様々な介護サービスを利用することが出来ます。当グループの施設には、生活相談員が常駐していますので、介護保険に関する「どういうサービスが受けられるの？」「申請の仕方は？」などのご相談にも随時対応いたします。

Q 家の売却の相談もできますか？

A 信頼できる業者を紹介

します

ご自宅の売却についても、信頼できる業者をご紹介します。こちらについてもお気軽にご相談ください。

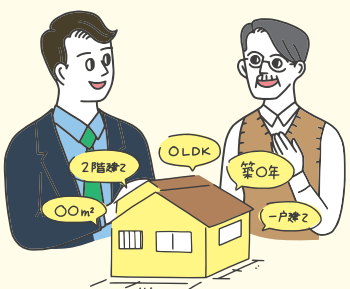


Q 入居者生活保証制度とはどんな制度ですか？

A 前払金の返還金への保全措置です

有料老人ホームでは、倒産等に備えて、ご入居者が支払われた前払金の返還金のうち500万円までの保全措置が義務付けられています。当グループの施設では、内閣府所管の公益社団法人である全国有

料老人ホーム協会の入居者生活保証制度を利用して、ご入居者の前払金の保全を行っています。一時金払いの方は、ご入居時に入居契約と併せて本制度の契約を結んでいただきます。



施設インフォメーション

～これからの季節、各施設で行われるイベントです～

コロナウイルスの影響でやむを得ず中止となる場合があります。
詳しくは各施設のフリーダイヤルにお問い合わせください。

グランガーデン福岡浄水 ☎ 0120-282-600 〒810-0022 福岡県福岡市中央区薬院4丁目13番17号



[トピックス]

10月	イベント 秋の作品展	10月	イベント 秋の見学相談会
11月	イベント ロビーコンサート	12月	イベント クリスマスコンサート

九電ケアタウン

☎ 0120-290-873 〒811-3214 福岡県福津市花見が丘3丁目28番2号



[トピックス]

9月	イベント オータムコンサート	10月	イベント 秋の見学会
11月	イベント 文化祭	12月	イベント クリスマスコンサート

グランガーデン熊本

☎ 0120-87-5588 〒860-0846 熊本県熊本市中央区城東町4番7号



[トピックス]

8月	イベント 「古き良き」喫茶店の味	8月	イベント 夏祭り
10月	イベント 歌声喫茶	11月	イベント 相続相談会

グランガーデン鹿児島

☎ 0120-80-0766 〒890-0063 鹿児島県鹿児島市鴨池1丁目55番10号



[トピックス]

8月	イベント コンサート	9月	イベント 買い物ツアー
10月	イベント コンサート	11月	イベント カラオケパーティー