

春が待ち遠しい時期ですね！！

デイ通信 R7.2月号

R&B / R&Bぷらす / BeHappy

Be Happy 生活相談員 村山 美江

村山美江と申します。

我が家の愛犬2匹のお話をさせていただきます。
さくら(ポメラニアン)10歳、つばき(雑種)5歳は2匹とも保護犬で5年前に私達の家族になりました。下の写真は同じ犬に見えますか？さくらの保護直後と現在です。

さくらは繁殖犬で小さなゲージの中で散歩も知らず子供だけを産む5年間を過ごしてきました。迎え入れた時は疲れ切った顔で人間にも怯えていましたが今では2匹とも心を開いてくれ人懐っこく散歩が大好きです。お手、お座りできません。トイレも失敗が多いけどそれでも2匹からたくさんの癒しをもらっています。

犬を飼っていると旅行にも行けなかったり餌代もかかり共働きは必須になり大変なことも多いですが、2匹を迎え入れて本当に良かったと思います。



今月の自宅でできる健康体操

かかと上げ

効果・効能

血行促進、むくみ予防、転倒予防、
疲れにくくなる、足首の安定



- 1.足を肩幅に開き、手すり（椅子）を持って、姿勢を正し背筋を伸ばします。
- 2.姿勢を保ったまま、かかとを上げたり下ろしたりします。

10回3セット行いましょう。

R&B (1日型)

〒581-0032 八尾市弓削町3-27 中澤ビル1F
TEL:072-968-7739 FAX:072-968-7739

R&Bぷらす (半日型)

〒581-0095 八尾市田井中4-31 1F
TEL:072-940-6640 FAX:072-940-6641

Be Happy (支援60分型)

〒582-0031 八尾市志紀町1-142 ハイグレード志紀101
TEL:072-920-7420 FAX:072-920-7421