



ハートフル・ステーションのお仕事紹介

軽作業チーム編

- ・ カラーフォーク袋詰め
- ・ スティック青汁の袋詰め
- ・ シール貼り/検品
- ・ お菓子箱折り



ハートフルの軽作業のチームでは、こんなお仕事をしています！

毎年2月は「全国生活習慣予防月間」

2026年は、健康標語『一無、二少、三多』より「多動」をテーマにし、「幸せは足元から多く動いて健康を実感」のスローガンに決定しています。

一無、二少、三多*



日本生活習慣病予防協会

「多動」には、今より10分多くからだを動かすことを意識してほしいという思いがこめられています。

日常生活の中で身体活動量を増やしましょう。

座りっぱなしは避け、身体活動をできるだけ多くして、しっかり毎日の生活の中で維持しましょう。
まずは、無理な目標はたてずに、良く歩くことから始めましょう。



かわいい！



渡辺さんは鬼より強い!? 豆まきしなくてもいいって本当?

節分では日本各地で豆まきをするなか「わたなべ」さんは豆まきをしなくてもよいという説があるそうです。

その理由は、平安時代に「渡辺綱（わたなべのつな）」という武士が鬼を退治したという言い伝えがあるからです。鬼よりも強いとされる「わたなべ」さんは、鬼がよりつかないから豆をまく必要がないというのはおもしろいエピソードですね！



見学受付中です！まずはお気軽にご相談ください

電話 0568-65-6363

メール info@heartful-station.com

● ハートフル・ステーション

編集・発行：ハートフル・ステーション小牧

〒485-0034 愛知県小牧市市之久田二丁目66番地

ハートフル・ステーション通信 2026年2月発行 Vol.4

[ハートフル・ステーション小牧]
2月現在
利用者数 24名

