

こんにちは！ハビリス西さわらぎです！！

秋晴れの心地よい季節になりました。
引き続きコロナウイルスの感染対策を講じて
くれぐれもご無理をされない様ご自愛ください。



ハビリス 西さわらぎたより



発行月 R3.10月

発信元

(医)高島整形外科
ハビリス西さわらぎ

vol. 110

谷口由里

ハビリスでは「アメブロ」でスタッフブログ行ってます。
ハビリス西さわらぎで検索してみてください。<http://ameba.jp>

ハビリスでは全てのスタッフの
コロナワクチン接種が終了いたしております。
ご利用者様に安心してご利用いただけるように
換気、消毒を行い、パーテーションを使用した
座席、軽食時は他の利用者様との距離を
取れる様に対策を引き続き行ってまいります。



二酸化炭素濃度測定器

窓は常に開けて
換気を行っております。
二酸化炭素濃度
測定器を設置して、
空気の流れを把握し、
大規模な換気の目安と
しております。

ハビリスの取り組み ～運動機能の測定(TUG)～

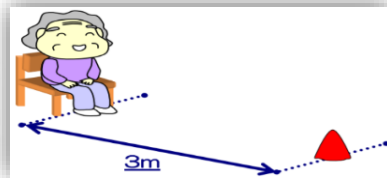
☆ 測定の方法☆

椅子に座った状態からスタート。
立ち上がって3メートルを歩いて、
折り返してから再び着席するまでの
時間を測定いたします。
(杖を使用されていても、杖で歩行のまま
測定いたします)

ハビリスでは月に一度、
移動能力の測定を行っております。
その他に体重測定、握力測定、片足立ち時間の
測定、筋肉量の測定などをしております。

測定結果の目安

11秒以上→運動器不安定症
30秒以上→歩行障害のリスク
(日本整形外科学会)



皆さま運動能力の維持向上を
目指して日々運動に
取り組まれております。



ハビリスの機器のご紹介 ～健康ゆすり～



貧乏ゆすりしても
怒られません！



(効果)

- 1、脚のむくみ解消
- 2、血行を良くして
冷え性改善
- 3、疲労回復
- 4、筋肉の疲れ、
筋肉痛、神経痛を
軽減
- 5、股関節の動きを
改善

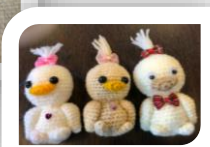
ご利用者様制作 作品のご紹介



あみぐるみ作品



一日型利用者様の作品



10月11日は営業いたしております。
今年はオリンピックの開催でスポーツの日が
変更になっております。

よろしくお願ひ致します。

医)高島整形外科ホームページからも
ハビリス西の詳細をご覧ください。

また見学や体験利用、随時受付しております！
お問い合わせは上記まで、お気軽にお電話ください！

