

こんにちは！ハビリス西さわらぎです！！

日差しの暖かさが感じられる季節となりました。
 新年度を迎え何かとお忙しい毎日をお過ごしのことと思います。
 どうかご自愛ください。



ハビリス 西さわらぎ



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>

ハビリスでは一日型
 (10時～15時)を
 ご利用者される方
 には昼食を里庵にて
 召し上がって
 いただいております。
 手作りのお味噌汁が
 好評です。
**土曜日のご利用も
 可能です。**



ご利用様が水仙、
 フキノトウ、梅のお花を
 持参して下さいました。
 ありがとうございます！！



壁面貼り絵の虎とあみぐるみの
 ふなっしーの作品です。



ハビリスの器具のご紹介 ～InBodyについて～



☆InBodyで体成分測定☆
 身体を構成する体成分が均衡的
 なのか、腕と脚のバランスは良いか、
 腹部に脂肪がたまっていないか
 などが簡単に分析できる装置です。
 ハビリスでは定期的に測定し
 身体の状態把握に活用しております。

<測定項目>

- ①筋肉と脂肪の割合
- ②徐脂肪量&その構成成分
- ③部位別筋肉バランス
- ④身体バランスチェック
- ⑤身体強度チェック
- ⑥メタボ情報(BMIと体脂肪率で評価)
**腹囲→男性85センチ、
 女性90センチが境界**
- ⑦理想的な体のためには...
- ⑧基礎代謝量
- ⑨身体点数



発行月 R4.4月

発信元

(医)高島整形外科
 ハビリス西さわらぎ

vol. 116

谷口由里



高島整形外科・ハビリスグループ



医療保険
 介護保険サービス
 ・通所リハビリテーション
 ・訪問リハビリテーション

高島整形外科
 072-630-2600



ハビリス
 西さわらぎ
 072-652-2800

介護保険サービス
 ・デイサービス



自費サービス
 ・パーソナルトレーニング
 コンディショニング
 ・アンチエイジング(美容)
 ・鍼灸治療(保険内外)
 ・訪問鍼灸

JUHAI Fieldハビリス
 さわらぎ鍼灸院
 072-635-9600

ケアプランセンター
 ハビリス
 072-648-5300

居宅介護支援
 ・ケアプラン作成
 ・介護相談窓口



当法人グループでは
 医療・介護・福祉、
 またスポーツや美容など
 様々な分野のサービスを
 提供しております。
 お身体でお困りの方や
 ご興味のある方は
 いつでもご相談ください。

4月 29日(金)は**祝日**のため、
 お休みになります。

よろしくお願い致します。

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いただけます。

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♪

