

こんにちは！ハビリス西さわらぎです！！

厳しい日差しが照り付けておりますが、皆様がいかお過ごしでしょうか？

盛夏の疲れが出やすい時期です。くれぐれもご自愛ください！

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 西さわらぎたより



発行月 R4.8月

発信元

(医)高島整形外科
ハビリス西さわらぎ

vol. 120

谷口 由里

ハビリス・里庵の様子

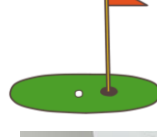
七夕飾り



今年も七夕のお願い事を書いていたきました！
コロナの終息や戦争の終結。
身体の回復等様々な
お願いごとがございました。



パター対決



ナイス
ショット！



雑巾づくり



うちわでけん玉
裏と表に返して
落ちないように...

塗り絵作品



ハビリスの器具のご紹介 ～ストレッチボード～



角度は6段階
(15度～39度)
ご自身が気持ち良い
角度でどうぞ！



☆ストレッチボードの効果

- 足首の柔軟性の強化
- 血行促進・足のむくみの解消
- 冷え性改善
- 脂肪燃焼、ダイエット効果
- 姿勢の改善、腰痛・肩こりの改善
- ふくらはぎの‘こむら返り’を防ぐ



受診送迎サービスについて ～高島整形外科～

高島整形外科では、ハビリスご利用者様を
対象とした
受診送迎サービスを行っております
ご自宅から高島整形外科までの往復を
お車で送迎いたします。
お一人で通院が困難な方など
ございましたら、
スタッフまでお気軽にご相談ください。
※送迎サービスはハビリス利用日以外、
事前予約制となります

スタッフ紹介

7月より新しくスタッフが入职いたしました！
ハビリス・通所リハビリ
高島整形外科への受診送迎などを
担当させていただきます。



山口です！
よろしく
お願い致します！



8月11日(木)は祝日のため、12日(金)
から15日(月)は夏季休暇のため
お休みになります。



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♪

