

こんにちは！ハビリス西さわらぎです！！

新年あけましておめでとうございます！
本年もどうぞよろしくお願い致します！



ハビリス 西さわらぎたより



発行月 R6.1月

発信元

(医)高島整形外科
ハビリス西さわらぎ

vol. 137

谷口由里



お正月に緩んでしまった身体を
EMDRIVE PROでひきしめましょう！

JUHAI Fieldのご紹介
～EMDRIVE PRO～

ハビリス西さわらぎに隣接しますJUHA Field ハビリスに、
「座っているだけ」、「寝ているだけ」でダイエット効果が期待できる機器、
EMDRIVE PRO【エムドライブプロ】を導入しております。
磁気ので身体内部にアプローチし、ダイレクトに筋肉を動かします。
服を脱がなくても良く、肌を見せなくても服の上から装着できます
(効果)

☆腹部への装着

体幹が鍛えられ姿勢の改善
腹部が引き締まり歩行が安定します

☆座位での使用

尿漏れ、子宮脱に効果があります
ヒップアップ効果が期待できます

☆下肢への装着

ふくらはぎ、太ももの筋力が強化され、歩行が
スムーズになり、歩行距離も伸ばす効果が期待できます

運動が苦手な方も
ご利用いただけます！

筋肉を強化することで基礎代謝を上げ
太りにくい体作りを目指すことができます

ハビリス里庵のご紹介
～作品のご紹介～



塗り絵



あみぐるみ

貼り絵

ティッシュケース



ペン習字



ハビリス西さわらぎのご紹介
～職員研修～

玉櫛草原地域包括支援センター
中尾様をお迎えして
「虐待防止・早期発見」をテーマに
研修を行いました

何かおかしいな...
と思ったら地域包括支援センター、
もしくはハビリスまで相談を！



1月3日(水)まで年始でお休みです。
8日(月)は**祝日**のため、お休みになります。
今年も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♪

