

こんにちは！ハビリス西さわらぎです！！

春の日差しを感じる季節となりました  
花冷えの日もございます。くれぐれもご自愛ください！



はじめました！  
高島整形外科



お知らせ等もこちらから  
ご覧いただけます！



# ハビリス 西さわらぎたより



発行月 R7.4月

発信元  
(医)高島整形外科  
ハビリス西さわらぎ

vol. 152

谷口由里

JUHAI Field  
さわらぎ鍼灸院10周年

5月17日土曜日  
9時～16時  
イベントを開催  
いたします

10周年を  
迎えます！



## ジュハイフィールド

10周年記念  
フィットネス  
ロコモチャレンジ

予約不要

### ★INBODY測定

体成分の分析  
筋肉量が分かります

### ★フィットネス測定

運動能力を測定し  
全身の運動機能を確認

### ★ロコモ測定

ロコモとは？...  
ロコモティブシンドロームの略で  
運動器症候群のことです  
運動器の障害→運動機能低下  
→要介護になる危険の高い状態

↓  
チェックを行いロコモ度を判定



## 来場特典

- ①ジュハイタオルプレゼント
- ②和温療法・エムドライブ  
酸素カプセルの  
いずれか一つ  
次回利用無料  
チケットをお渡し



## 酸素カプセル(10分間)



## エムドライブ (10分間)



## 和温療法 (5分間)

## ハビリス西さわらぎの様子



ニューステップ



滑車



栄養のバランスを  
考えたお食事



さあ、行きましょう♪



コグニバイク



メドマー



Jサーキット

お雑さまを  
囲んで...



## 塗り絵の作品



4月29日(月)は祝日のため、お休みになります。

よろしく願い致します。

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！  
お問い合わせは左記まで、お気軽に  
お電話ください♪

