

こんにちは！ハビリス西さわらぎです！

九月とはいえ残暑厳しく涼風の待たれるこの頃でございます
季節の変わり目です。くれぐれも健康にはご注意ください！



ハビリス 西さわらぎたより



発行月 R7.9月

発信元

(医)高島整形外科
ハビリス西さわらぎ

vol. 157

谷口由里

Instagram

はじめました！

高島整形外科

FOLLOW ME



お知らせ等もこちらから
ご覧いただけます！

ハビリスの機器のご紹介 ～ウォーターベッド～

ウォーターベッドの効果

- ・血液循環の向上
- ・疲労物質の除去...筋肉の緊張が緩和され
疲労物質が体外に排出されやすくなる
- ・筋の柔軟性改善...筋肉や関節にかかる負担が
軽減され柔軟性が向上
- ・ストレス解消...体を優しく支えることで
リラックス効果が期待できます



ハビリスでも皆さまから
人気の機器です！！
リラックスできる
気持ちが良いと好評です！

ぜひお試しください！



高島整形・ハビリスグループは
骨粗鬆症の予防、治療に力を入れて
取り組んでおります！

骨粗鬆症は骨がもろくなって、ちょっとした転倒でも
骨折しやすくなる病気です。

転倒→骨折→寝たきりとなる前に予防しましょう！

まずはご自分の骨量を知るために**骨密度測定**を！
骨密度測定は簡単にできます。

検査で早く見つけて治療を始めることで、骨折のリスクを
減らすことができます。また、治療には内服薬・注射等
ご自身にあった方法を選択できます。

閉経後の女性や、背中が
丸くなってきた方**要注意！**



腰が曲がる



腰の痛み



転倒



ヒザの痛み

高島整形外科 開院30周年

おかげさまで、高島整形外科開院
30周年を迎えることができました！

これもひとえに地域の皆様の
温かいご支援のおかげと
心より感謝申し上げます

これからも地域の皆様に安心して
通院いただけるよう取り組んでまいります
今後ともよろしくお願いいたします



9月15日(月)、23日(火)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！
お問い合わせは左記まで、お気軽に
お電話ください！

