

あなたとずっと「いきる」を考える

～目・心・気  くばりを心掛けて～

新年のご挨拶

謹んで新年のお慶びを申し上げます。

旧年中は新型コロナウイルスの影響の中、私どもの通所リハビリテーション、訪問リハビリテーションをご利用いただき、誠にありがとうございました。
新病院に移転して10か月、皆様からたくさんの元気を分けていただき、スタッフ一同充実した時間を共に過ごすことができました。
これからも感染防止対策を徹底し、地域の皆様に「利用して良かった」と思っただけのよう、一丸となって努力いたしてまいります。本年もどうぞよろしくお願いいたします。



社会医療法人いち樹会 尾中病院
理事長・病院長 尾中 宇蘭

新年のご挨拶申し上げます。

昨年中は毎々格別のご愛顧を賜り、厚く御礼申し上げます。
今年の4月で立ち上げて3年になります。まだまだ、新しいことを取り組んで行きます。この1月より送迎車も増車し、引き続き事業拡大していく方針です。
本年も通所リハビリテーション、訪問リハビリテーション共に、一層のサービス向上に努め、皆様に安心のサービスをご提供できるよう、スタッフ全員で業務に励みたいと思います。
どうぞ、変わらぬご愛顧を持って、ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願いいたします。



今年もよろしくお願いいたします! 

イベント紹介



クリスマス会 h 12/21(月)~25(金)h

スタッフはクリスマス用の帽子をかぶり、利用者さんを出迎え、抽選のくじを引いていただき、豪華(?)プレゼントを手にしていただきました。

また、松ぼっくりで利用者さんと一緒にツリーを作り、個性溢れる松ぼっくりのクリスマスツリーが出来上がりました！



トレーニング紹介

今回より自宅で出来るトレーニングメニューをシリーズで紹介！

第1弾 つま先立ちトレーニング

足の血流が良くなります。むくみの改善や、歩く時の蹴りだす力を付けましょう。

※座って行うよりも立って行う方が効果が高いですが、転倒のリスクがあるため、不安な方は座って行いましょう。

方法

- ① 両手でしっかりと手すりを持って踵を持ち上げる。
- ② 可能なら10回を1セットで行いましょう。

アドバイス

ゆっくりと大きく動かすことを意識しましょう！



お問い合わせ先

《通所リハビリ空き情報》

現在、若干ご利用枠にも余裕がありますのでご希望・ご相談等がございましたらお気軽にお問い合わせください。見学も随時受け付けてます。

☎ 0836-35-0345(直通)

山口県宇部市寿町一丁目3番28号

