



1月

2018



❀通所リハビリ通信❀

新年おめでとうございます。お正月いかがお過ごしでしたでしょうか？
寝正月だったなんて方もいらっしゃるかもしれませんか？そんなときには、歩くことから始めましょう！

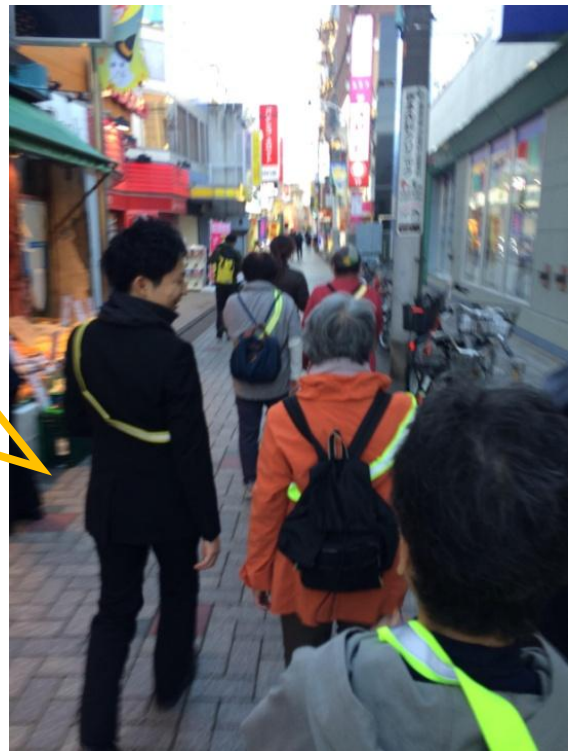


昨年11月号で、ご紹介しました
永研会Presents
理学療法士と歩く！仙川ウォーキング！！
～歩く技術を身につけよう～
10月～12月までの全6回のセミナーを
無事終了することができました。



セミナーの初回と最終日は体力測定を行い、
ウォーキング実施日は歩く前後で脈拍を計測し
ご自身の身体の状態、歩くペースを知ってもら
いました。

2週に1回のウォーキングでしたが、参加者の
みなさんからは「歩く」ことを意識するようにな
った、歩く自信がついた、ふらつきがなくな
ったと、ご自身で心と身体の変化に気づかれて
いる喜びの声をたくさん聞きました。



ここだけの話ですが…

体力測定の結果は、スタッフも驚いてしまう
ほどの結果で、一同ニッコリでした。(*^_^*)

永研会クリニック 通所リハビリテーション

◎月曜・木曜（祝祭日休み）

午前 9:00～13:00 午後 14:30～18:30

◎火曜・金曜（祝祭日休み）

午前 11:00～12:10

TEL:03-5315-7878

*問合せ 月～金 9:00～18:30



2018年1月