



❀通所リハビリ通信❀

こんにちは♪ゴールデンウィークはどこかへおでかけされましたか？

少し、個人的な休日のお話で失礼します。
ゴールデンウィーク前の休日ですが高尾山に登ってまいりました。高尾山はコースがたくさんあり、今回は六号路びわ滝コースを選びました。沢沿いを歩くのでとても気持ちよかったです。

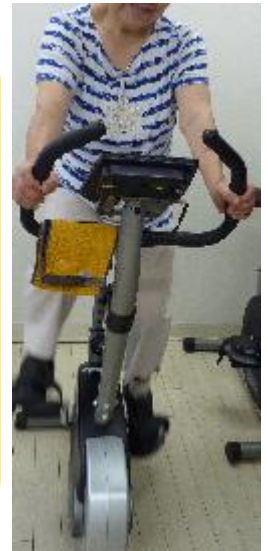
登っているときに何を考えていたかと言うと、もちろん！お昼のお弁当。…ではなく、利用者様の引率で来た場合はどういった点に気がつけたらいいか、沢沿いのコースは介助するには難しいコースだったかな。トイレの場所。休憩ポイント。ビューポイント。など、引率を考えて登っていました。



登ったあとの休憩では水分補給・糖分補給は欠かせません！
(言い訳。笑)



引率の予定は今のところないですが、通所リハ利用者様には高尾山登山を目標に掲げている方がとても多いです。以前はもっと高い山を登られていた方が今は少し自信がないのでまずは高尾山に行きたいわ！そうおっしゃる方が通所リハで日々脚力を鍛えています。目標達成して通所リハを卒業された方もいますが、まだまだ目標にされている方がいるので、みんなで高尾山登山ができる日まで、私たちも万全なサポートをしていきたいです。



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 (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5月