

a+ 安心プラス下三栖

2019年 8月号 通信

できた～！！お客様の声コーナー

H.M様・・・ここに来る前まではこんなに良くなるとは思ってなかった！

来て良かったですわ！

T.H様・・・前は立位保持が中々出来なかったが、立ち上がり訓練のおかげで30

秒立ち続ける事が出来た！

T.N様・・・前は腰に痛みがあったけど腰の調子が良くなった！

一つレベルアップした運動！

今回紹介させてもらうのは、「立位バランス訓練」です！バランス感覚というのは立っているだけでも働いており、これらを鍛える事で転倒予防や疲労感の軽減につながっていきます。

下三栖に来所されているお客様の中には、「普段歩いているから私は大丈夫」と言われる方もおられますが、いざバランス訓練をしてみると「身体が傾いているな」と気づいたり、「意外とふらつくもんなやな」と改めてご自身のバランス感覚がどのようなものか認識できた方がおられ、張り切って訓練に臨む方が多くおられました！



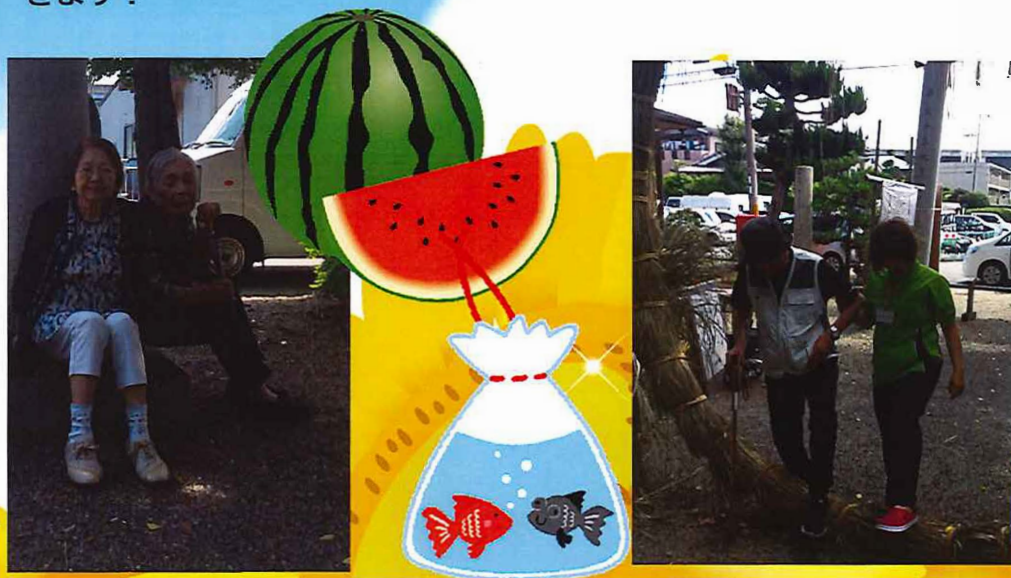
毎年恒例の茅の輪（ちのわ）くぐり！

※写真掲載はお客様の許可を得ています！！

茅の輪くぐりというのは年に2回「6月と12月」に行われる事が多いのですが、ここ三栖神社では、7月21日～28日の間で行われていたので今回皆さん一緒に無病息災を願いに行ってきました！

ゲリラ豪雨が心配されていましたが、この日は天気に恵まれ外で歩くのにも良く、日陰では程よい涼しさで歩きやすい日となりました！

皆さんと茅の輪をくぐる際、「今年の猛暑にも負けないぞ！」と願いながらくぐっていきました！これで今年も熱中症知らずで頑張っていきます！



TEL:075-632-8282 FAX:075-632-8188 担当者:木曾・尾崎

安心プラス下三栖は体験見学随時受付ています！！

2019年07月末現在の空き情報

	月	火	水	木	金	土
空き情報	0人	1人	3人	5人	0人	0人