



爽ケア 爽なんだ!!

2021年04月号

☎ 総合案内
お問い合わせ・ご相談窓口
0120-966-876

自己都合でのご欠席は
お控え願います



いつもご利用ありがとうございます。各店舗の活動などをご紹介いたします。

爽ケアからのお知らせ



爽ケアリハビリセンター音羽から

爽ケアリハビリセンター小泉へ

5月1日より爽ケアリハビリセンター小泉が移転オープン致します。
現在、オープンに向け建物も完成に近づき準備を進めております。
移転後の小泉では、京町オリベ名物、体のストレッチや姿勢の維持に良いオリベコードが新たに運動メニューの1つとして加わります。
音羽のマシン類はそのままご利用いただけます。
尚、デイサービス移転に伴い、本部機能も同時に移転します。

浴室時間をリラックスできるようにご提案!

浴槽と洗い場の高低差が大きい場合に!! → 浴槽台 【安寿】ステンレス製浴槽台R あしびたシリーズ [標準タイプ]15-20



介護保険適応で

一割負担

1,150円 (税込)

◎浴槽に入れても
浮き上がらない!!

その他入浴関連商品のお試し商品をご用意しております。

担当松本まで ☎ 0572-21-2335

今月の
爽なんだ！

しゃんとする歩き方のコツ！

転びやすい歩き方

- すり足・ちょこちょこ歩き
- 目線が下向き
- 狭い歩幅
- つま先が上がらない
- つま先で地面を蹴れない



皆さん、左図のような転びやすい歩き方をしていませんか？
転倒につながる可能性がありますよ。

姿勢は健康への第一歩です！

歩き方のポイント

- 進行方向を向いて、目線は足元ではなく、やや遠くを見る
- 歩幅を少し広め
- かかとから着地する
- つま先で地面を蹴る



爽ケアで手すりの工事をおこないました！

- ・ 階段の昇り降りが怖い
- ・ 掴まる場所が無い

そんな時に手すりがあれば安心、安全に移動ができます！



取付け工事費 ￥100,000

介護保険(1割) ￥10,000

お気軽にスタッフまでご相談ください！