

ヘルスケア情報局



『深部静脈血栓症(エコミーラス症候群)』

長時間、足を動かさないでいると血流が悪くなり血栓が出来ます。高齢、肥満、手術後、足の麻痺がある方などが発症しやすい病気です。

片脚に腫れや痛み、赤みが出ることが多いです。命に関わることもありますので十分注意しましょう。

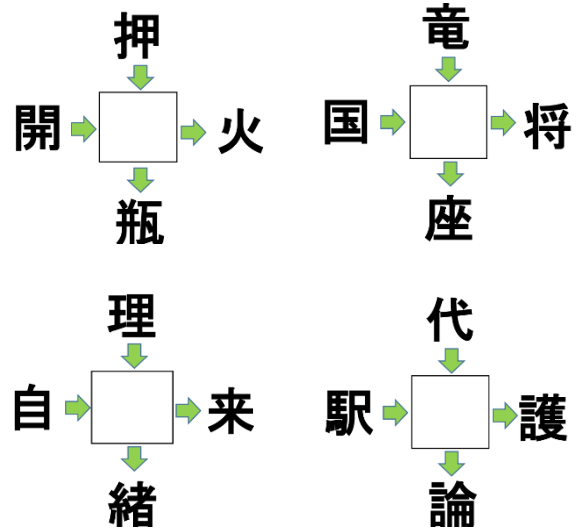
【予防する運動】

つま先引き上げ 足指グーパー つま先立ちで上下



Let's 脳トレ!

問題 □に漢字を入れて4つの単語を完成させましょう



答えはこのページの一番下です

デイフィット ラクティよりご案内

人気のプログラム『買い物リハビリ』の様子です。新型コロナウイルスの対策のため、前後の**手洗い**や**消毒**をしっかりとしながらも、買い物を楽しんでいただいています。自分ではスーパーに行けない、荷物が重く持って帰ってくるのが大変、というかたにとっても好評です。

利用させて頂いている**ベルク様**はお惣菜やお弁当がとて充実していて美味しいので皆さん楽しみにしていらっしゃいます。



無料体験受付中

三友のつぶやき

新型コロナウイルスのため休みの日も専ら3密を避け、子供たちと近くの広い公園や川に行っています。いろいろ探すと近場でも緑豊かな綺麗な場所があるものですね。初めて見る花に感動したり、野生の猿に遭遇したり(!)、不自由さを感じつつも新しい発見のある日々です。

子供たちはやっぱり遊園地や大きなプールに行きたがりますが、今年は我慢ガマン。。。来年はこのコロナ禍が終息していれば良いですね。皆さんも手洗い・マスクの予防策を十分に行って、お体に気を付けてくださいね。



for everyone's active life
すべての人の いきいきとした 暮らしのために

家電販売 訪問介護 障がい居宅介護 福祉用具 デイサービス 住宅改修・リフォーム
有限会社 あい家電

住所：大泉町坂田2-12-2 電話：0276-63-3371

ラクティ 住所：大泉町日の出1-10

ケアステーション ラクティ (福祉用具、リフォーム) 電話：56-9237

ケアステーション ラクティ 日の出 (訪問介護) 電話：55-4203

デイフィット ラクティ (デイサービス) 電話：55-4204

ホームページ：<http://ai-kaden.jp/>



LET 'S脳トレ 答え

