

2022年

1月 10日 送信



お気軽にご相談ください



通所リハビリ〈送迎車〉空き状況

○：送迎車空き枠あり ×：空き枠なし
△：要相談

★自己送迎(自走)は対応可能ですのでご相談ください。

	月	火	水	木	金
①9:20～11:00	柿の木坂 鷹番	送迎車枠△ 自走△	大岡山 北千束	自由が丘 緑が丘	送迎車枠△ 自走○
②13:00～14:40	送迎車枠△ 自走△	送迎車枠△ 自走○	送迎車枠△ 自走○	送迎車枠△ 自走○	送迎車枠△ 自走△
③14:50～16:30	送迎車枠△ 自走△	送迎車枠△ 自走○	送迎車枠△ 自走○	送迎車枠△ 自走○	送迎車枠△ 自走○

◎送迎範囲地域

目黒区：中根、平町、柿の木坂、碑文谷、大岡山、緑ヶ丘、自由が丘、鷹番、南、八雲
東が丘、目黒本町 2・4・6 丁目、原町 1・2 丁目、洗足 1・2 丁目
世田谷区：深沢、奥沢、等々力の一部
大田区：北千束、南千束、石川町の一部



理学療法士の 加川 拓己 です！

1月になり寒さも厳しくなってきました。気温低下に伴い、体内では血圧を上げることで体温を維持しようとして、寒さによる血管の収縮による血圧上昇を引き起こされやすいです。また冬場は運動量が減少しやすいのも血圧上昇の要因と言われています。ご自身の管理が難しい範囲内にて、少しでも運動が出来る様な心がけが大切になりますね。



医療法人財団
にっせんかい
日扇会第一病院

担当：リハビリテーション部

TEL：03-3718-7481

〒152-0031 東京都目黒区中根2丁目10番20号

お気軽にご相談ください

このご案内は不定期に F A Xにてお送りさせていただきますが、F A Xが不要という場合は、チェックを入れて頂き、恐れ入りますが F A Xにてご返信頂けると幸いです。 (FAX:03-3718-7736) F A Xの案内を希望しない

