

# 訪問看護ステーション ソレイユ便り



日頃より、訪問看護・リハビリをご利用頂きありがとうございます。  
めっきりと冷え込んで参りました、お身体を大切にお過ごし下さい。引き続き利用者様の健康管理にも努め訪問活動させていただきます。  
11月もよろしくお願い致します。

## 11月 空き状況 ○：空きあり ○印のない曜日は、ご相談下さい。

		月	火	水	木	金
午前	看護		○			
	リハビリ				○ 言語聴覚士のみ	
午後	看護				○	
	リハビリ					

\*当法人は訪問介護（れんげ草）とセットで連携介入することもできます。  
セットで介入することで、支援方法の工夫ができ相乗効果が望めます。  
ご依頼相談や事業所に対するご要望等ありましたら、お気軽にご連絡下さい。

（ソレイユ） 電話番号 0562-45-1171 営業時間 9：00～17：00

担当者： 看護 内田、田野、北河 リハビリ 稲垣、坪井

（れんげ草） 電話番号 0562-45-7227 担当者：介護 榎下、大脇

営業時間 8：30～17：30（他の時間は応相談下さい）

### コラム 「スポーツの秋」

だいぶ秋らしい季節になってきましたね、  
私は秋といえばスポーツの秋です。  
私自身、25年間バレーボールを続けています、週3回仲間と汗を流し日々楽しんでます。運動後の夜はぐっすり眠ることができます。  
運動を行うことで血流が改善されて循環が良くなり内臓の働きもよくなります。活動性が高まることで食欲増進や気分の安定も期待できます。  
ただし、無理は禁物です。自身の体調に合わせて楽しんでみてください。



ホームページも  
ご覧ください

