

# 林内科デイケアセンター通信

## Vol.72

令和 7 年 11 月 19 日発行

11 月 13 日は、「いいひざの日」といわれています。関節痛の薬などを開発しているゼリア新薬工業が「いい(11)ひざ(13)」の語呂合わせにちなんで制定しました。「寒くなると膝が痛む」という人は多くみられます。寒さによって血行が悪くなる冬は、筋肉が硬くなったり、姿勢が悪いために関節を痛めてしまうこともあります。寒さに負けずに、適度な運動やストレッチで関節を保護しましょう。

### 林内科デイケアセンターのご紹介！！

坂出市白金町にある林内科呼吸器科医院の敷地内にあります。

専門知識をもった理学療法士・作業療法士も常時在籍し、歩行訓練や認知症予防など個人に合わせた個別リハビリを提供します。また、入浴や食事など日常生活のお手伝いもしています。

見学も受け入れておりますので、お気軽にお問合せください。短時間の利用もご相談ください。



林内科呼吸器科医院 ・ デイケアセンター  
〒762-0042  
香川県坂出市白金町 3-6-11  
TEL:0877-46-5302(医院、デイケア共通)

※林内科呼吸器科医院のブログ(<http://hibiki3611.livedoor.blog/>)とホームページ(<http://hayashinaika.wixsite.com>)ができました！デイケアの様子なども掲載していますので良ければご覧ください！

(ホームページ)QR コード



## ☆お楽しみ会のご紹介☆

11/17 にお楽しみ会&お誕生日会が開催されました！

11 月が誕生日の利用者様、おめでとうございます！

今回のお楽しみ会は『カラオケ』を行いました！！

