

カルフルや自宅で梅雨の運動不足を解消しましょう♪

悪天候が続く梅雨の時期は、じめじめした蒸し暑さで体を動かすのが面倒になりがちです。又、どうしても外出機会が減り更に運動不足となってしまいます。

しかし、外に出なくても家の中でできる運動は探せば無限に見つかります。カルフルで理学療法士が指導させていただいた運動はどれも簡単ですぐにでも取り組めるものですから、カルフルや自宅で運動不足を解消しましょう。(水分補給を忘れずに！)



カルフルネイケア通信

令和7年
6月号

いこいの日紹介

「5月いこいの日」はカラオケと柏餅をみんなでいただきました♪



6月理美容サービスは**6/25 (水)**
締切は**6/18 (水)**です

新規・追加利用を承っております

通所リハビリテーションの受け入れ状況
(令和7年5月21日現在)

◎○: 空きあり

①1日型 (6-7時間) △: 空き残りわずか ×: 空き無し

	月	火	水	木	金
9:30-15:40	×	◎	◎	◎	△

②短時間型 (1-2時間)

	月	火	水	木	金
9:30-11:00	◎	△	◎	◎	×
14:10-15:20	○	◎	×	○	△



新規依頼・サービス内容の追加・変更等は

カルフル・ド・ルポ TEL 483-1000まで

発行元
医療法人同仁会
老人保健施設カルフル・ド・ルポ
海南市築地1番地61
TEL 073-483-1000
FAX 073-483-8200