

# 総合東京病院 訪問・通所リハビリテーション通信

## 10月号：秋バテ予防をしましょう！

### 秋バテとは：

真夏の生活習慣による冷房や冷たい食べ物による身体や内臓の冷え、一日の気温や気圧の急な変化により自律神経が乱れ食欲不振や身体の怠さなどの不調が続くことを言います。

### -秋バテセルフチェック-

- 疲れやすい
- 食欲がない
- 胸やけや胃もたれがする
- なかなか眠れない



**※10月より1～2時間通所リハビリがOPEN  
します。別紙御参照ください。**

### 現在のサービスの空き状況

訪問リハビリ	月	火	水	木	金	土	通所リハビリ	月	火	水	木	金	土
《午前》 9:00～12:00	×	×	×	×	×	×	《午前》 9:00～12:00	×	×	×	×	×	×
《午後》 13:00～17:00	×	×	×	×	×	×	《午後》 13:00～17:00	×	×	×	△	×	△

◎…何時でも可能 ○…空きあり △…空き僅か ×…空きなし

【お問い合わせ】総合東京病院 訪問リハビリテーション

TEL：03-3387-8738（直通）

FAX：03-3387-5611

責任者：北地 雄

通所リハビリテーション

TEL：03-3387-5238（直通）

FAX：03-3387-5464

責任者：阿部 美紗子 作成者：齋藤 杏花