



総合東京病院 訪問・通所リハビリ通信

1月号

新年明けましておめでとうございます



昨年中は大変お世話になり心よりお礼申し上げます

2025年もどうぞよろしく願いたします

<ヒートショックについて>

急激な温度変化によって血圧が大きく変動し、血管や心臓に大きな負担がかかることを指します。

- 対策
- ①脱衣所や浴室の寒暖差を減らす
 - ②かけ湯をしてから入浴する
 - ③浴槽に浸かる時間は10分程度を目安に
 - ④浴槽から立ち上がる際はゆっくりと慎重に

この冬を安全に乗り切りましょう！



現在のサービスの空き

NEW 10月より1~2時間の通所リハビリが開始

1~2 通所リハ	月	火	水	木	金	土
《午前》 10:00~11:00	○	○	○	△	○	○
《午後》 14:30~15:30	○	△	○	○	○	○

3~4 通所リハ	月	火	水	木	金	土
《午前》 9:00~12:00	○	×	○	○	○	○
《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 1~2時間通所リハビリ

TEL: 03-3387-5613 (直通)

FAX: 03-3387-5611

責任者: 北地 雄 作成者: 市川 颯

3~4時間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

