

しみずクリニックふさ ふさからの便り



お陰様でロコモステーション
ふさは平成30年2月16日をもち
まして3周年を迎えました。今
後も地域の皆様に運動と癒し
の場を提供できるように頑張
ります。

私個人としては、週末車を使
わず、自転車で出掛け、普段
の生活に運動を取り入れてい
きたいです。 羽田野

2年目になりましたが、パソコンが苦手
で、人よりも時間がかかってしまうの
で、今年は効率よく入力できるように
なりたいと思います。 小清水

皆様の笑顔が多く見ら
れるように、一緒に努
力していきたいと思っ
ています。 宮下

日々硬くなる身体と頭。スト
レッチ体操で柔軟な身体と脳を
目指したい。 土屋



ロコモステーションふさも4年目
に入り、利用される方も増えて賑
やかになりました。常に安全で安
心できる施設作りを心がけてリハ
ビリのお手伝いをしていきたいと
思います。 小櫃

手技の充実！ 椿

今年は整体師としての自分の技術や知識
を今以上に向上させ、利用者様の痛みや
辛さを軽減させ、満足度を高めるよう
に頑張りたいと思っています。 整体師
金井

いつも元気に120%の笑顔で、
99%の縁（えん）の下の力持ちで
皆様のサポートをして参ります。
安藤

利用者さんに笑顔であいさつをして
いきたいと思っています。 田村

①ロコモのスタッフ全員がスムーズな
業務が出来ますように事務作業を完璧
にこなす。

②時間を消費するのではなく、有効に
使う。

③アロマの知識をより深く学び、セラ
ピストになる。 横山

利用者様に楽しくご利用して頂ける
よう、日々元気に笑顔で接し、丁寧
な対応を心掛けていきたいと思いま
す。 松田

体力UPのため、美味しいパン屋巡り
を楽しみながら、積極的にウォーキ
ングをします。 木村

ストレッチのバリエーションを増や
していく。

コンディショニング（疾患に対し
て）動作を追求していきたい。
バランスの取れた身体を維持以上に
していくために、細かい筋肉のト
レーニングをする。 北村

利用者様に最適な状態でサービス提供
が行えるよう、体調維持を図る。そのた
めに日常生活で極力エレベーターやエス
カレーターの使用を控えたり、通勤時に
駅まで歩くようにする。 寺井



「ロコモステーションふさ」は糖尿病・高血圧症・脂質異常症などの生活習慣病を専門とした「しみずクリニックふさ」に附設された<健康寿命の延伸>をめざした施設です。1階は通所リハビリ(デイケア)施設で理学療法士によるリハビリや最新のマシンの使用、アロマセラピーや整体も取り入れて、心身ともに安らぐお手伝いをしています。2階は運動療法のための医療施設です。健康スポーツ医の運動処方箋による健康運動指導士が患者様に合ったプログラムを作成し、個別・集団指導を行っています。どうぞご利用ください。