



謹賀新年

新年あけましておめでとうございます。

昨年同様、今年もコロナ対策に全力で取り組んでまいり所存でございます。

皆様にもなにかとご不便をおかけしていることと存じますが、

ご協力の程よろしくお願い申し上げます。

さて、当院は1984年(昭和59年)に開院して38年目を迎えます。

開院当初より今も通院されていらっしゃる患者様も数十名いらっしゃいます。

時代は移り変わりますが、当院の理念は開院当初と何ら変わらず

スタッフに受け継がれています。

- ① 私たちは、患者様のためのまごころの医療サービスをおこないます
- ② 私たちは、地域のみなさまから信頼される診療所づくりに努めます
- ③ 私たちは、常に新しく良質な医療の提供ができるように心がけます
- ④ 私たちは、皆様の健康増進、疾病予防のお役に立ちたいと願っております

これらの4項目は医療に携わる者として、肝に銘じ

実践していかなければならないことだと考えます。

今年はどうなるのか、楽しみでもあり、不安でもあり

しかし、どんな状況に置かれても医療を止めることなく、

皆様に信頼されるクリニックであり続けたいと決意を新たにしております。

本年もどうぞよろしくお願いいたします。

2022年 元旦

院長 丸山節夫



今月の体操

今月の体操は、内ももと下腹部の筋肉を鍛える体操です。

ご家庭にある椅子と丸めたタオルを使用して行います。

①椅子に浅く座り、丸めたタオルを膝の内側に挟みます。

手は椅子の座面を持ちます。

②背筋はまっすぐにのばしたまま上体を少し後ろに傾けます。

③背筋をまっすぐに保ったまま、タオルを膝に挟んだまま

胸のほうへ引き寄せます。

④ゆっくりと膝を下ろし、つま先が床についたら、③に戻ります。

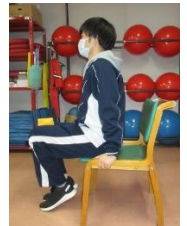
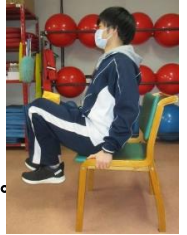
10回を2セット行いましょう。

POINT

膝を胸へ引き寄せるときも、おろすときも

ゆっくりと同じ速度で行います。

猫背にならないように注意して行ってください。



12月のイベント クリスマス会

職員からのプレゼントと、パフォーマンスを楽しんでいただきました。



デイケアに興味・ご質問のある方はお気軽にお問い合わせください。

丸山整形外科 デイケア アクア ☎073-423-7700 担当: 谷口・西岡