

護国神社へ初詣ツアー！笑顔満開！健康祈願！



はいっ！お約束！



笑顔でピース★



健康祈願♥



かぁ～甘酒は効くなぁ！



はなぞのコラム

『狭心症と心筋梗塞について』

狭心症は、冠動脈の血流が悪化し、心臓が一時的に酸欠状態となって起こります。胸のあたりに圧迫されるような痛みや苦しさを感ずります。症状は、数分から十数分程度続きます。

心筋梗塞は、冠動脈の血流がほとんど止まってしまい、酸欠から心筋の一部が壊死(死滅)するほど悪化した状態をいいます。左胸のあたりを中心に、非常に強い圧迫感や激しい痛みが起こり、人によっては肩や背中、首などに痛みを感じることもあります。

症状が出たときは我慢せずすぐに病院に行きましょう。

日頃の体調に注意して変化がある時は病院受診を！



理学療法士：米村 昌洋

平成29年2月

活動予定

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			おじゃめでポン！ 集中力・指先を使い 脳を活性化！		3 伊紀 節分大会	4 おすすめ！ フードパル 熊本 お買い物 ツアー
5	6	7	8	9	10	11 建国記念日
お休み						
下肢筋力増強ウィーク！ 足の筋肉を鍛え、正しい椅子への 立ち上がり方・座り方を学びましょう！						
12	13	14	15	16	17	18
お休み						
脳レクリエーションウィーク★ 脳を自然と活性化させるレクリエーションを開催！						
19	20	21	22	23	24	25
お休み						
2月 生まれの方の お誕生日会			23 必見！ 梅見学 ツアー		24 必見！ 梅見学 ツアー	
26		27	28	2月のはなぞのケアセンターは、 節分・買い物ツアー・梅見学ツアーと さまざまな行事・企画をご用意 しております！みなさまのご利用を スタッフ一同心よりお待ちしております。		
お休み						
2月 生まれの方の お誕生日会						



大人気！「お出かけツアー」のお知らせ！

☆ お買い物ツアー フードパル熊本 2月4日(土) 出発！☆

☆ 護国神社 梅見学ツアー 2月23日(木)・24日(金)・25日(土) 開催！☆



はなぞのケアセンター

熊本市西区花園7丁目25-23

TEL 096-359-3399  
FAX 096-359-3330