

日々の生活を見直して健康寿命を延ばしましょう

健康寿命とは、
「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」のことです。

健康寿命を延ばすことは、健康上の理由で日常生活を制限されることなく暮らせる期間を長くすることを意味します。意識的に運動を心がけることは、健康寿命を延ばすうえで有効です。まずは現状よりも、一日10分でも多く体を動かすことから始めてみるのが大切です。

カルフルデイケアで無理なく運動をして生活習慣を見直していきましょう！



カルフルデイケア通信

令和6年
4月号

いこいの日紹介（毎月第3水曜日）

3月いこいの日は「おはぎとカラオケ」で皆様に楽しんでいただきました。



リハビリ室の庭にかわいいチューリップ咲いています♪

4月理美容サービスは、①4/10（水）②4/24（水）です
締切は①4/2（火）②4/16（火）です

新規・追加利用の受け入れ状況 ゴールデンウィーク営業のお知らせ

通所リハビリテーションの受け入れ状況（令和6年3月25日現在）

①ロング（6-7時間）

	月	火	水	木	金
9:30-15:40	○	◎	◎	◎	○

②短時間（1-2時間）

	月	火	水	木	金
9:30-11:00	◎	◎	×	○	×
14:10-15:20	○	○	○	○	○

ゴールデンウィーク営業のお知らせ
○通所リハビリテーション日程【1日型】

	29	30	1	2	3	4	5	6
	月	火	水	木	金	土	日	月
営業	○	○	○	○	○	×	×	○
リハビリ	×	○	○	○	×	×	×	×

○短時間通所リハビリテーション日程【1-2時間型】

	29	30	1	2	3	4	5	6
	月	火	水	木	金	土	日	月
営業	×	○	○	○	×	×	×	×
リハビリ	×	○	○	○	×	×	×	×

新規依頼・サービス内容の追加・変更等は
カルフル・ド・ルポ TEL 483-1000まで



発行元
医療法人同仁会
老人保健施設カルフル・ド・ルポ
海南市築地1番地61
TEL073-483-1000
FAX073-483-8200