



水橋診療所 だよ	<h1 style="margin: 0;">水のまち</h1>	富山市水橋館町59-1 発行責任者 田村有希 電話 479-1414
-------------	----------------------------------	--

水橋診療所で受けられる富山市の健康診断…特定健診・肺がん検診・大腸がん検診

7月22日(土)に医療生協の平和納涼まつりが行われ、水橋診療所は今年も唐揚げと枝豆を出店。収益は平和活動へ募金しました。



★水橋康まつり★

10月15日(日) 11:00~13:00

水橋診療所にて

お楽しみ企画&模擬店

ふるまいもち、やきいも、やきそば
豚汁、わたがし、ヨーヨーつり他 予定

水橋診療所診療体制のご案内

		月	火	水	木	金	土
午前	内科	田村	田村	田村	田村	田村	田村 金崎
	整形外科					石井	
午後	内科	金崎	田村	田村		金崎	
	健康診断 予防注射				寺西		

診療時間 午前 9:00~12:00 午後 4:00~6:00
 健康診断・予防注射は午後 2:00~3:30
 (木曜・土曜午後、日祝日休診)

土曜日の担当医師(予定)

8/5 田村 8/12 金崎 8/19 金崎 8/26 金崎
 9/2 田村 9/9 金崎 9/16 田村 9/23 お休み

お盆休みのご案内

8/15(火)、8/16(水) → お盆休みになります

水橋診療所 076(479)1414 のびのび 076(479)1505

通所リハビリ「のびのび」利用空き状況(7/31現在)

	月	火	水	木	金	土
定員	35名	35名	35名	35名	35名	35名
空き	0名	4名	0名	4名	3名	4名

訪問リハビリ 利用空き状況(7/31現在)

7名の受け入れが可能です。ご相談ください。



のびのび

「パワーリハビリテーション」④

今回は、通所リハビリのびのびにあるパワーリハビリテーションマシン「ヒップアダクション」の紹介をしていきます。ヒップアダクションは、椅子に腰かけて太ももを左右に動かし、足の開閉動作を繰り返します。主に使用する筋肉は、股関節・骨盤周りの筋肉(中殿筋など)、内ももや股関節周りの筋肉(股関節内転筋群)です。この運動を行うことで、「立つ」「歩く」といった動作が安定し、転倒予防につながります。また足を開く動き(浴槽を跨ぐ、ベッド上で横に移動するなど)も行いやすくなります。

作業療法士 位寄浩平

