



日中の暑さは衰えを知らぬばかりですが、夕方を過ぎると涼しい風が心地よくなってきました。夏の疲れが出やすい時期。お身体にはお気をつけ下さい。

生活環境改善サービス レイス治療院

転倒リスクにご注意を!

気温上昇に伴い、活動量が増えていく時期となります。

その分「**転倒リスク**」も高くなります。転倒だけに限らず、椅子やベッドへの立ち座りでも容易に受傷してしまうので、**ご注意ください。**

せきついついたいこっせつ

脊椎椎体骨折(圧迫骨折)

特徴

- ・転倒などにより強い外力により生じる外傷性椎体骨折
- ・骨粗鬆症により比較的弱い外力によっても起こること
- ・胸椎と腰椎の移行部あたりで起こることが多い

診断

- ・レントゲン検査で確定となる
- ・必要であればCTやMRI検査も行う

治療

- ・簡易コルセットなどの外固定
- ・おじぎ動作など脊椎が大きく動くような動作の禁止
- ・セメントなどの補強材料で充填する場合もある

経過

- ・3～4週間ほどで痛みが軽減する

出典：公益社団法人 日本整形外科学会HPより

ご存じですか?

新型コロナワクチン 4回目接種の対象は?

3回目接種又はそれに相当する接種から5か月以上が経過した下記の方です。

1)60歳以上の方 2)18歳以上60歳未満で、

- ・基礎疾患を有する方
- ・その他新型コロナウイルス感染症にかかった場合の重症化リスクが高いと医師が認める方。

詳しくは「厚生労働省」のホームページをご確認ください。

ツボ博士の
今月のツボ

しつみん
～失眠～

かかとの丸く膨らんだ部分の真ん中にあるツボ「失眠」。名前の通り「失った眠り」を取り戻すツボで、刺激することで快眠へと導いてくれると言われています。





■空欄に文字をいれて単語を完成させましょう。

問題①

う □ わ
つ
ぷ

問題②

い
□ きい □
ふおん
ぐら

回答は右下をご確認いただくか
下記QRコードをスマートフォンで
読み取りアクセスしてください!



URL :
<https://leis.jp/leis/letter/index.html>

ご利用者様応募川柳

大雨よ
涼しさ超えて
危険雨
埼玉県 N.N様

コロナさん
老にはきつい
この月日
三重県 T.H様

～あなたの川柳・ご家族自慢など大募集!～

投稿方法



◆記載事項◆

- ・氏名(ペンネームでもOK) ・住所 ・投稿テーマ
- ・投稿内容(200文字～400文字程度)
- ・写真(無くてもOK)

ご投稿いただいた方から順次「レイスだより」への
掲載を予定しておりますので、ご投稿お待ちしております!

ご応募いただいた方の中から抽選で素敵な粗品を贈呈!
上記記載事項を記入の上、下記住所までお送りください。

送付先はこちら

〒151-0061 東京都渋谷区初台 2-5-8 西新宿豊国ビル 2F
株式会社オルテンシアハーモニー「レイスだより係り」まで



🖋️ ホームページにてバックナンバーをご覧いただけます!

レイス治療院ホームページにて、レイスだよりのバックナンバーをご覧いただけます。下記URLまたは
右記QRコードを読み取りアクセスしてください! URL : https://leis.jp/news/news_cat/leis-letter/



📄 ② 📄 ① : 景回

お知らせを👉紹介ください!

このような方にマッサージ・リハビリをお勧めします

- 関節拘縮により歩行が困難な方
- 身体に麻痺のある方 (脳梗塞などの後遺症)
- 車いすをご利用の方
- 寝たきり状態の方



医療保険で受けられる訪問医療マッサージ

レイス治療院 ○○

(TEL) 000-0000-0000 (担当) ○○○○

(訪問エリア) ○○市内全域 (営業時間) 9:00~18:00