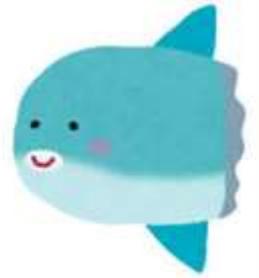


# まんぼう通信



平成31年4月1日 No.54

こんにちは！皆様、元気にお過ごしでしょうか？  
だんだんと暖かくなり、外に出ると気持ちの良い日が増えてきました。  
花粉症で体調を崩している方も多いのではないのでしょうか？  
さて、3月より気仙沼出身の新しいスタッフが入職いたしました。  
今後ともどうぞよろしくお願い致します。

むらかみ ゆうすけ

名前：村上 裕亮 (理学療法士)

出身：気仙沼市本吉町

趣味：麻雀・ラーメン

ひとこと：

以前は埼玉の訪問看護ステーションに勤めていました。地元気仙沼で働けることを嬉しく思います。

気仙沼に貢献できるよう尽力いたします。



## ◎今月の豆知識◎

### サルコペニアとは？

筋肉量が減少して、筋力低下や身体機能低下をきたした状態のことをサルコペニアと言います。転倒や寝たきりを引き起こし、生活の質を低下させてしまいます。

「指輪っかテスト」でチェックすることができます。気になる方は当事業所にご相談ください。

### 「指輪っかテスト」

両方の親指と人差し指でふくらはぎの一番太い部分を囲みます。隙間が大きいとサルコペニアの可能性が高くなります。



一般財団法人訪問リハビリテーション振興財団

気仙沼訪問リハビリステーション

管理者：小野寺 裕志 TEL：0226-25-8323 FAX：0226-25-8324