

～イーストワンの心と体にイーツウシン～
「今月のイーストワンスマイル」

矢野 翔

毎日
SHOWTIME!

機能訓練型デイサービス

East-one三島店 施設長

利用者様を

笑顔と元気になしていきます!

2020年11月号

ほっと一息タイム♪



～1日の疲れはツボ押しで回復しよう～

ツボを刺激することにより全身の血液循環や代謝を促進し、体内の老廃物や「気」を流して疲労回復を図ることが可能と言われています。



太陽

【見つけ方】

目尻の外側にたどっていき、くぼんでいるところのツボです。左右同時に親指で外側に向かって刺激するのがお勧めです。



【こんな時にオススメ】

目の疲れ、頭痛・偏頭痛、老眼

～空き情報～

三島店



	月	火	水	木	金	土
午前	△	○	△	○	△	△
午後	×	○	×	○	×	○
1日	×		×		×	

※木は事業対象者・支援の方のみ利用できます。

本店



	月	火	水	木	金	土
午前	△	△	○	△	×	○
午後	○	○	○	○	○	○

長泉店



	月	火	水	木	金	土
午前	○	△	○	△	△	○
午後	○	○	○	○	○	○



機能訓練型デイサービスEast-one

【三島店】〒411-0044 静岡県三島市徳倉4丁目23-41 ☎055-988-6006

【麦塚店】〒410-1122 静岡県裾野市麦塚40-9 ☎055-941-7807

【長泉店】〒411-0943 静岡県長泉町下土狩378-24 ☎055-955-5185