

# あいく ニュース

クリニック新聞



スポーツの秋！ 食欲の秋！ 読書の秋！

まだまだ暑い日が続いておりますが、朝晩の風は秋っぽくなってきましたね😊



ちょっと紅葉には早いけど・・・ 秋の先取りをお楽しみください😊 Photo by 火星大

## ニュース速報！

10月より、リハビリのご予約が取りやすくなる・・・予感・・・？

----- STAFF  IKE

### 予約優先

#### 時間指定予約

基本 LINE・Web からとなっております。  
LINE・Web からのご予約が困難な方はご相談ください！



**予約時間に遅れないよう到来してください。**

時間予約で遅れた場合は、  
当日の空いている時間での診察になります。

**Web・LINE 予約は 24 時間対応**

**1 カ月先まで予約可能**

前日まで WEB・LINE での予約キャンセルが可能です。  
当日キャンセルについてはお電話にてご連絡ください。  
詳しくは予約を取る際に、予約ページに記載されている

★注意事項★でご確認ください！

**当日分の WEB 予約・窓口受付の**

**最終時間は 16：45 です。**

#### 診療時間

午前 9：00～12:30 (受付 12:00)  
午後 14:00～17:45 (受付 16:45)

#### 休診日

日曜・祝日、水曜/土曜は交互

2023年 9月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

  

2023年 10月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

● 休診日

ロケット&あいくのロゴが目印です 



TSUKUBA はロケットと 密接な関係！？  
ロケットの窓から見えるわんこは、  
ふわふわ・もこもこの真っ白な大型犬「あいく」。

## スポーツの秋 到来

2024年のオリンピックまで1年を切りました 

----- STAFF  雪だるま

早いもので、来年はオリンピックの年ですね。今度はパリで開催です。  
そして、日本男子バスケットがオリンピック出場権を獲得！  
オリンピックでの活躍も楽しみにしております。頑張ってください😊

ラグビーワールドカップが9月8日～10月28日まで開催されます。

これからは、スポーツのしやすい気候になってきます。  
でも！普段、あまり運動をしていない人が、いきなり激しい運動をしてしまうと、筋肉がビックリしてしまう  
かもしれません   
そうすると、ケガの原因にもなりかねませんので、徐々に、そして適度な運動から始めてくださいね。

まだまだ秋といえども暑いから、もう少し涼しくなってから運動しよう！と思っている方は、日々ストレッチ  
をして運動を始める準備するのいいかもしれませんよ😊

それから、秋といえばお月見 

今年の『中秋の名月』は9月29日（金）です。

綺麗な満月  が見られるといいですね。  
そして、月を見ながら 秋の実りを感謝しつつ、お団子でも食べましょうか😊  
なんたって食欲の秋ですからね～（食べ過ぎ注意 )  
お天気が良いことを願って・・・