

# しんゆり訪問リハ通信 令和5年 2月号

～ 新百合ヶ丘総合病院 訪問リハビリテーションより～

TEL : 044-322-8368 FAX : 044-322-8427

作成者 : 上野 三夏

引用 : 川崎市ホームページ

チョイソコ  
しんゆり



※車両イメージ  
実物とは異なります。

ご存知ですか？  
予約により車両を呼びだし、  
乗り合いで行きたい停留所まで送迎する  
「**乗り合い送迎サービス**」です。  
新百合ヶ丘総合病院も停留所の1つです！  
詳しい停留所については  
「**チョイソコしんゆり**」で検索！  
または訪問スタッフまで！

運用期間

2023年1月10日(火)から3月11日(土)まで

利用

ご利用には会員登録(無料)が必要です

運行日

平日及び土曜日の週6回(祝日も運行)

運行時間帯

平日 : 7時から22時まで  
土曜 : 9時から17時まで

運賃

300円/回(未就学児は無料)  
支払い方法は現金のみ。乗車時に支払い

乗車定員

6名

問い合わせ

電話 : 050-201-87390

(受付時間 平日・土曜日8:00~16:00)

2月14日はバレンタインデーですね！！！！

利用者様の中でも健康のために  
チョコレートを食べているという方がいますが、  
いまいちど健康にどんな影響も与えるのか  
確認してみましょう！

期待できる効果

肌老化予防

動脈硬化予防

脂肪蓄積抑制

精神安定  
リラックス

アレルギーの改善

間食の適切量として  
**1日30g以内**が  
望ましいです

効果が特に期待できるのは、  
**カカオが70%以上**含まれるハイカカオチョコレート

ただし！

カカオを多く含むため一般的なチョコレートより  
脂質やカロリーが高いです。  
食べ過ぎは**体重増加**や**糖尿病**の原因となるため  
要注意が必要です。

ちなみに…

豆乳と一緒に食べたり、溶かして飲物にすることで  
冷え性の予防や改善がさらに期待できるそうです。

引用 : チョコレートは体にいい?期待できる効能と適切な摂取量 -  
Dandelion Chocolate 公式サイト