

健康維持プログラム

健康維持のため 3 つの運動器具を導入しました。

作業療法士と協力しながら少しずつですが利用者皆さんの健康維持に取り組んでいます。

プーリーリングセット

肩関節の可動域を広げ、
筋力向上をサポートする。



ミックスワンダーウェーブ

1 分間に最大 800 回の振動で、全身の筋肉を刺激し、有酸素運動、体幹運動、筋肉運動を同時に行えます。



ミニペダルエクササイザー

座った状態や寝転んだ状態でも手軽に運動ができるように設計されており、主に下半身の筋力維持や向上、有酸素運動を目的として使用されます。

