

デイサービスセンターふれあい で 一緒に運動しませんか？

ご利用者様の筋力に合わせて行えるマシントレーニング



レッグプレス アフダクション エクステンション ローイング ニューステップ

疲れた体を癒すリラクゼーションメニュー



メドマー 濡れない足湯 足裏マッサージ機 マッサージ機 イージウォーク

階段の上り下りや歩行訓練など日常生活動作訓練



階段昇降 歩行訓練 手指動作訓練 立ち座り訓練 可動域訓練

新しい運動メニューも随時取り入れていきます



セラバンド体操 フリー運動 ルームランナー 自転車こぎ 新聞棒体操

私たちが運動のお手伝いをします！！



デイサービスセンターふれあいでは皆様の運動のお手伝い
をしている鈴木と野呂です。自宅でなかなか運動できな
い方や運動不足を感じている方など、ぜひ一度豊富な運
動メニューを試してみてください。お待ちしております。