

しみずクリニックふさ
ふさからの便り



ロコモステーションの 紹介です！！

1階 ロコモステーション ふさ リハビリに特化した施設

- ・対象者 要支援1・2、要介護1・2の方
- ・送迎 専用のお車で送り迎え致します
- ・個人に合わせたプログラム
安心してリハビリに励むことができます
- ・質の高い指導 理学療法士がリハビリを支援します
- ・健康長寿 楽しく体を動かし健康長寿を目指します
- ・談話室 コミュニケーションを図ったり運動後のクールダウンにご利用下さい



2階 フィットネス ふさ 生活習慣病を改善する施設

- ・対象者 糖尿病・高血圧などの生活習慣病の方
- ・利用方法 予約を取って頂き、時間までにお越し下さい
- ・個人に合わせたプログラム
利用者様に合わせて1人1人プログラムを作成しています
- ・運動指導 健康運動指導士がプログラムに添って個別に指導します
- ・集団指導 バランスボールなどを用いて集団指導も行っています
- ・健康長寿 生活習慣病の改善、減量、筋力アップを目指します



ご利用時間		月	火	水	木	金	土
午前	1階・2階とも 9:00-12:00	○	○	○	○	○	
午後	1階 13:00-16:30 2階 15:00-17:00	○	○	○	○	○	