

坂城町の地域密着型サービス

運動型デイ・チェリーガーデン

半日（午前・午後）の3時間程度

少人数制

～皆様の生活に安心と楽しみを提供します～

2/1
プレオープン
予定

運動型デイの特色

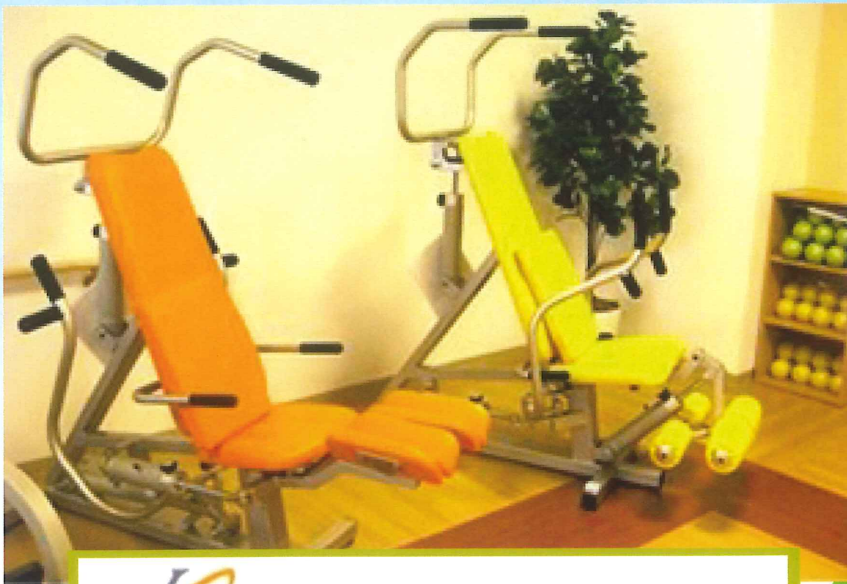
- 専門の理学療法士が常駐
- 集中的なりハビリ（食事・入浴なし）
- 日常生活の動作訓練
- 自宅での日常動作の助言
- 健康寿命の延伸
- 介護予防を図る機能訓練
- 虚弱（フレイル）の方に機能回復

※フレイル＝高齢者の筋力・活動低下

スケジュール

午前	午後
8:30	13:00～送迎(迎え)、健康チェック
9:00	13:00～マシントレーニング、個別リハビリ
12:00	16:30～送迎(送り)

大人気！油圧式マシン導入！！



ショルダープレス



レッグカール



アブバック



- 高齢者に安全で優しい。
- 筋トレ&有酸素性運動で一挙両得！
- 使い方はとっても簡単！
- 筋肉痛になりにくい！

Circuit Fitness & Rehab 機能回復・介護予防運動

★見学&無料体験 大歓迎！ お気軽にご相談ください★

運動型デイ・チェリーガーデン 【開設準備担当：岸田】

お問合せ

0268-75-7493

埴科郡坂城町中之条872 【訪問看護と同一住所】