

歩くだけでは 良くならない!!

機能訓練指導員



だからデイサービスドリームでは

全身の運動にこだわります。



・マシントレーニング

筋力・筋持久力



・レッドコード

重心移動・柔軟性

体力

心肺機能
筋持久力

・有酸素トレーニング



日常生活

運動効率

基本動作

個々のニーズ
機能訓練体操

・5種類以上の体操

【肩】【腰】【膝】【座位バランス】
【立位バランス】など

