



老健くろさわ 通所リハビリテーション
デイケアくろさわ

事業所まで10km圏内送迎無料

短時間 通所リハビリ
2021年 始動!

理学療法士が運動指導

外来リハ感覚で機能訓練

1回 70分

Day Care KUROSAWA 短時間リハビリスケジュール

0分～10分

バイタル測定・体調確認・準備体操

10分～20分

油圧機器トレーニング



4種の油圧機器を使用して上下肢の筋力トレーニングを実施します。油圧機器の特長は、常に利用者様が発揮した力と同じだけの抵抗力が生まれ、無理なく運動を行えます。また、押す時も引く時も負荷がかかることから、往復運動で表裏の筋肉を同時に鍛えることができます。基礎体力の向上から活動・参加に繋げる身体のベースを作ります。

20分間

30分～50分

平行棒での下肢筋力トレーニング



平行棒に掴まり下肢の筋力トレーニングを行います。ゆっくりとしたカウントにあわせて動かしていただくため、関節への負担が少なく筋力・筋持久力強化に働きかけます。片脚での運動も多くバランス強化にも繋がり、転倒予防としての効果が期待できます。

20分間

50分～70分

運動指導・自主練習



理学療法士指導の下、自主練習に取り組んでいただきます。ご利用者様1人1人の身体機能に合ったプログラムをご提案いたします。また、定期的な身体機能評価テストの結果を基にプログラム内容の再検討を行います。自ら行うことで、自主性を高め運動習慣を獲得していただきます。

20分間

営業日

月曜日～土曜日

定員

各10名

開始終了時間

生活スタイルに合わせて1日4コース設定

- ① 9:00～10:10
- ② 10:50～12:00
- ③ 14:00～15:10
- ④ 15:50～17:00

無料体験
随時実施中！

医療法人 社団美心会
介護老人保健施設 老健くろさわ
通所リハビリテーション

デイケアくろさわ

TEL.027-352-0033

FAX.027-352-0079

〒370-0852

高崎市 中居町3-19-2

ご利用案内

1日利用 9:30～16:00

AM利用 8:55～12:00

PM利用 13:55～17:00

短時間利用 ① 9:00～10:10 ② 10:50～12:00

③ 14:00～15:10 ④ 15:50～17:00

ACCESS MAP

