

リハスタプレス Rehastudio

長い梅雨が明け夏本番を迎えておりますが皆様いかがお過ごしでしょうか。今年の夏は新型コロナウイルスと暑い夏の共存を余儀なくされ、生活や業務にも支障が出てきていることと思われます。その中でリハスタジオはコロナ対策として①換気②手指消毒③人との距離を保つことを徹底しながら運動やリハビリを提供しております。この特別な夏を乗り切り、平穏な秋を迎えられることを祈っています。
管理者 羽太 裕一

ご利用者様の声

今月はリハスタジオをご利用する前と現在の変化について、ご利用者様にインタビューさせて頂きました。



要支援1
6月～ご利用

リハスタジオを利用した日はとても疲労感があるが、以前と比べてよく眠れるようになった。今まで自己流のトレーニングをしていたが、実際目の前で指導してくれると、内容がよく理解でき、以前よりも効果的に運動を実施することが出来るようになったと感じる。(86歳・男性)



事業対象者
6月～ご利用

今まではテレビ体操が正確にできているかよく分からずにやっていたが、楽しく指導してくれるおかげで、理解しながら運動を行えるようになった。利用した日は体がかたくなるが、普段は感じる事が無いので、効果的に運動が出来ていると感じる。(75歳・女性)

定期的にご利用されたことで体への変化を感じていただけで嬉しいです！(担当トレーナー)



ウォーキングポールのご紹介

8月から少人数グループ運動の中でウォーキングポールを使った運動やストレッチ等のメニューを取り入れていきます！

スキーポールの国内トップブランド「シナノ」がポール技術をベースに日本人の手の大きさを配慮し形状や素材などこだわりを持って開発した「ウォーキング用ポール」と「一本杖」です。

リハスタジオでも販売可能ですので、ご興味ございましたらスタッフまでお声かけください。



姿勢を意識した歩行練習に最適 全身のストレッチもできます！

実際の商品はリハスタジオ西鎌倉でご覧いただけます。

《営業日時・クラスのご案内》

9月から火・水・木に加えて月曜日と金曜日についてもご利用が可能となります。詳細は追ってご案内いたします。

《現在ご利用の皆様へ》

「ご利用の曜日の変更」「回数を増やしたい」などのご希望がございましたら、ご担当の包括支援センター・ケアマネージャー様へご連絡をお願い致します。

	月	火	水	木	金
運動リハビリクラス 9:00～12:00					要介護の方
スポーツクラス 13:15～15:15					要支援の方

発行元

リハスタジオ西鎌倉

介護保険事業所番号 1492100464

鎌倉市手広5-2-5

080-5018-2046(直通携帯)

0467-55-5625