

リハビリだけの  
短時間利用も！

# メディエイト 鶴翔苑 通所リハビリテーション

Mediate Kakushoen DayCare

8種類の機器！  
充実のパワーリハビリ！

鶴田病院併設で、専門のリハビリスタッフがお手伝いいたします

## 1. コンパクト ローイング



首から背中周りの  
筋肉を鍛え、肩こりや猫背姿勢の軽減を図ります。

## 2. コンパクト チェストプレス



肩周囲の筋肉を鍛え、肩こりや猫背姿勢の軽減を図ります。

## 3. コンパクト レッグEXT



膝周囲の筋肉を鍛え、立ち上がりや階段の上り下りが楽に行えるようになります。

## 4. コンパクト ヒップAB



おしり・太もも周囲の筋肉を鍛え、歩行バランス能力を高めます。

## 5. コンパクト トorsoFLEX



腹筋を鍛え、腰痛の軽減や歩行時のふらつきを減らします。また、寝返りや起き上がりも楽に行えるようになります。

## 6. コンパクトレッグプレス



お尻や膝周囲の筋肉を鍛え、立ち上がりや歩行をより楽に行えるようになります。

## パワーリハビリとは…

全身の使っていない筋を軽い負荷で動かすことにより、筋の再活性化を図ります。筋力強化を目的とした運動だけではなく、体力の向上や精神面の安定などにも効果があります。

マシン・負荷などは、担当セラピストがご利用者の方の身体機能に合わせて選択・調整し実施します。

## パワーリハビリ以外にも…



マンツーマンでの  
リハビリ



階段昇降練習



アクティビティ



屋内・屋外歩行練習

## 8. エアロバイク



腰の負担が少なく、足を鍛える事が出来、全身の持久力を高め、脳卒中の方にも歩行などの改善が示されています。

## 7. ニューステップ



座ったままの姿勢でステップ運動を行う事で全身の筋肉を動かします。心臓・血管なども効果的に鍛える事が出来ます。