デイケアセンター
グリーンフェアネス通信

第８号
２０１３年２月
発行

まだまだ寒い日が続きます。雪のちらちらする日も・・・
しかし、そんな寒さには負けてはいません！！
皆様の笑顔と元気と活気でいっぱいのフェアネスです。

★土曜日オープンしました！★

２月２日（土）より、土曜日の営業がスタートしました。
はじまったばかりの土曜日ですので、まだまだこじんまりと少人数ですが、楽しい時間いっぱいです。
スタッフと一緒に昼食、コーヒータイム、いつもとはちょっと違うひと時。
体験利用大歓迎！！ぜひ一度、いらして下さい！

スタッフ紹介

グリーンフェアネス　介護職員　安藤（あんどう）　由紀（ゆき）

フェアネスに来ると元気がでる！　やる気がでる！　そして癒される…と言っていただける　そんな空間作りができればと日々奮闘しています。
皆様の努力や頑張りに勇気づけられながら　これからも頑張っていきたいと思っています。!(^^)!
これからも　宜しくお願いいたします。

体験利用・施設見学　実施中！！

※送迎させていただきます。　※見学だけでも大歓迎です！
下記まで、ぜひお問合せ下さい。（曜日や日程につきましては、空き状況によりご相談となります）

医療法人社団緑心会　大橋クリニック　通所リハビリテーション
デイケアセンター　グリーンフェアネス　　担当：今西(いまにし)・安保(あんぽ)
〒664-0028　伊丹市西野３丁目２０８－２
TEL：０７２－７６７－１１６８　FAX：０７２－７６７－１１６９
http://www.ryokushinkai.jp/

フェアネスがお届けするリハビリテーション

第８回　自転車エルゴメーター(コードレスバイクV65i)

自転車エルゴメーターとは…?

　自転車エルゴメーターによる運動は、固有感覚(膝や足首の位置や曲がり具合)や筋の協調性(股・膝・足関節周囲筋のスムーズな曲げ伸ばし)、下肢の循環、罹患関節の関節可動域などの改善が期待できます。
　また、循環器領域における運動負荷検査では、心臓疾患の早期診断や心臓機能の評価、治療効果や予後の判定、 さらに心臓疾患患者のリハビリテーション、心臓疾患の発症予防や健康増進を目的として用いられています。

▶ 利点

1. 苦痛が少なく安全度が高い。
2. 心臓疾患の方や高齢者のリハビリテーションに適している。
3. 色々な年齢層の方に適用でき、正確で再現性が高い。
4. 繰り返しトレーニングしやすい。
5. マシーンの操作が比較的簡単で使い易い。

コードレスバイクV65i

トレーニング風景

エルゴメーターは、下肢の筋力向上や関節可動域を改善できます。また、全身持久力もアップできますよ。

ホームページにも情報を発信いたしますので、ぜひご覧下さい。
　URL　http://www.ryokushinkai.jp/

グリーンフェアネス　検索

＜発行＞
医療法人社団緑心会　大橋クリニック
デイケアセンター　グリーンフェアネス
伊丹市西野3丁目208番地-2
TEL:072－７６７－１１６８
http://www.ryokushinkai.jp/