

2022年5月

リハビリスタジオ animo 三条 月間プログラム予定表

	月	火	水	木	金
	2	3	4	5	6
準備体操 タオル体操	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法
	個別施術	個別施術	個別施術	個別施術	個別施術
	太極拳体操	介護指導	看護指導	太極拳体操	相談員
	キックボクササイズ	リハプログラム	リハプログラム	キックボクササイズ	リハプログラム
	9	10	11	12	13
準備体操 脳トレ体操	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法
	個別施術	お買いもの リハプログラム (希望者のみ)	お買いもの リハプログラム (希望者のみ)	お買いもの リハプログラム (希望者のみ)	お買いもの リハプログラム (希望者のみ)
	フレイル体操				
	練功十八法				
	16	17	18	19	20
準備体操 棒体操	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法
	お買いもの リハプログラム (希望者のみ)	個別施術	個別施術	個別施術	個別施術
		笑いヨガ	相談員	看護指導	太極拳体操
		練功十八法	リハプログラム	リハプログラム	ボクササイズ
	23	24	25	26	27
準備体操 口腔・言語体操	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法
	個別施術	個別施術	個別施術	個別施術	個別施術
	介護指導	看護指導	フレイル体操	相談員	脳トレ体操
	リハプログラム	リハプログラム	練功十八法	リハプログラム	チェアロビクス
	30	31	<p>「季節の変わり目」にご用心を！ ～生活のリズムを整え、健やかな毎日～</p> 		
準備体操 ペットボトル体操	マシントレーニング 有酸素・物理療法	マシントレーニング 有酸素・物理療法			
	個別施術	個別施術			
	笑いヨガ	介護指導			
	空手体操	リハプログラム			

予算を立てて
お買いものし
よう!!

※重要※お買いものリハビリについて
お一人様ご利用日のうち1回のお買い物です。
予定は変更になる場合がございます。予めご了承ください

その他ご不明な点、ご要望・ご希望につきましては職員までお気軽にご相談ください

■所長/機能訓練 野口 ■看護 小島 ■相談員 志田 ■介護 歌代・長橋・阿部