

	月	火	水	木	金
準備体操 棒体操	 <p>9月は夏の暑さから秋へと向かう季節が切り替わる時期です。夏の疲れが溜まっているうえ、昼夜の気温変化も激しくなります。季節の変わり目にはしっかりとした体調管理をおこないきましょう！！</p>			1 マシントレーニング 有酸素・物理療法 個別施術 コグニサイズ ボクササイズ	2 マシントレーニング 有酸素・物理療法 個別施術 看護指導 リハプログラム
	5 マシントレーニング 有酸素・物理療法 個別施術 フレイル体操 練功十八法	6 マシントレーニング 有酸素・物理療法 個別施術 脳トレ体操 太極拳体操	7 マシントレーニング 有酸素・物理療法 個別施術 相談員 リハプログラム	8 マシントレーニング 有酸素・物理療法 個別施術 看護指導 リハプログラム	9 マシントレーニング 有酸素・物理療法 個別施術 介護指導 リハプログラム
	12 マシントレーニング 有酸素・物理療法 お買い物 リハプログラム (スーパーマルセン)	13 マシントレーニング 有酸素・物理療法 お買い物 リハプログラム (スーパーマルセン)	14 マシントレーニング 有酸素・物理療法 お買い物 リハプログラム (スーパーマルセン)	15 マシントレーニング 有酸素・物理療法 お買い物 リハプログラム (スーパーマルセン)	16 マシントレーニング 有酸素・物理療法 お買い物 リハプログラム (スーパーマルセン)
	19 マシントレーニング 有酸素・物理療法 個別施術 介護指導 リハプログラム	20 マシントレーニング 有酸素・物理療法 個別施術 太極拳体操 かんたんエアロビ	21 マシントレーニング 有酸素・物理療法 個別施術 看護指導 リハプログラム	22 マシントレーニング 有酸素・物理療法 個別施術 エキセントリック体操 ストレッチ	23 マシントレーニング 有酸素・物理療法 個別施術 相談員 リハプログラム
	26 マシントレーニング 有酸素・物理療法 個別施術 エキセントリック体操 ストレッチ	27 マシントレーニング 有酸素・物理療法 個別施術 相談員 リハプログラム	28 マシントレーニング 有酸素・物理療法 個別施術 介護指導 リハプログラム	29 マシントレーニング 有酸素・物理療法 個別施術 太極拳体操 チェアロビクス	30 マシントレーニング 有酸素・物理療法 個別施術 エキセントリック体操 ストレッチ

予算を立てて
お買い物し
よう!!

※重要※お買い物リハビリについて

お一人様ご利用日のうち1回のお買い物です。

買い物リハのご参加は希望者のみです。

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