

西野デイサービスセンター（短時間型）

- ◎高齢者用マシンを使ったトレーニング
- ◎ストレッチと筋力トレーニングで眠っている筋肉を再活性化
- ◎歩く、立ち上がる、座る動作が安定します
- ◎ふらつき・転倒予防に効果を発揮

サービス内容	健康状態の確認、リハビリ、送迎、食事（午前利用の希望者のみ）
利用の要件	要介護認定を受けられた方がご利用できます
営業時間	9:30～12:30、13:30～16:30 の二部制
営業日	月～金曜日
サービスエリア	西区（西野・福井・平和・西町・発寒・宮の沢 山の手・琴似及び手稲区の一部（西宮の沢）

午前の部	午後の部	内 容
8:45	12:35	送迎車でご自宅へお迎え
9:30	13:30	到着・健康チェック
9:50	13:50	準備体操
10:15	14:15	マシントレーニング（個別機能訓練）
12:00	16:15	昼食（午前利用で希望の方のみ） 整理体操・休憩
12:30	16:30	送迎車でご自宅へお送り



お問い合わせ・ご見学などお気軽にご連絡ください

西野デイサービスセンター

札幌市西区西野2条8丁目1番8号

011-671-0072



西野デイサービスセンター 短時間型 トレーニング機器などのご案内



レッグプレス



ヒップアブダクション



レッグエクステンション



ローイング



ニューステップ



トレッドミル



階段昇降



平行棒



エアロバイク



上肢交互



メドマー



居室