

# 小鹿苑デイサービスセンター **リハビリ**ができます！



【ナビウェーブ】  
足の浮腫み防止に最適！



【平行棒】  
鏡を見ながら練習できます！



【苑内歩行】  
1周歩けば約200m  
中庭のお花を見なが  
ら歩けます！  
雨でも嵐でも歩けま  
す！！

転倒予防&体幹トレーニング  
転倒しにくい体づくりをします！



【上肢運動】  
上がらなかった腕が上がるように！

【階段昇降】  
足が上がるようになります！



【サイクル(上肢/下肢)】  
自分のペースでできます！  
負荷をかけたりもできます！

