

●健康サービスステーション岩槻店からのお知らせ

健康SS岩槻店は**運動特化型・半日タイプ**のデイサービスです。

筋力向上ゆっくりプログラムや効果の高い筋力トレーニングマシン、歩行改善プログラムなどを実施して好評を得ています。

利用者様**一人ひとりの体力や筋力、課題や体調に合わせて**運動内容を調整し、安全で効果的な指導を心掛けています。

また、**体力・筋力測定を3ヶ月に1回実施**しており、効果を実感して頂いております。ご利用開始時に測定した値と平成29年4月に測定した41名の平均値は以下の結果となっています。

●歩行能力が約1.2倍向上

●握力(全身筋力)が約3%向上

●バランス能力が約1.2倍向上

●生活機能能力が約1.3倍向上

●脚筋力が約11～16%向上

足の筋力向上とともに歩行能力が向上しています。

バランス能力も向上し、転びにくく安定した移動・生活が可能となります

大病後に歩行が困難になった方、脳梗塞で片麻痺の方、

両膝人工関節、両股関節人工関節の方など様々な症状の方が維持・向上を目指して、一生懸命にトレーニングしております。

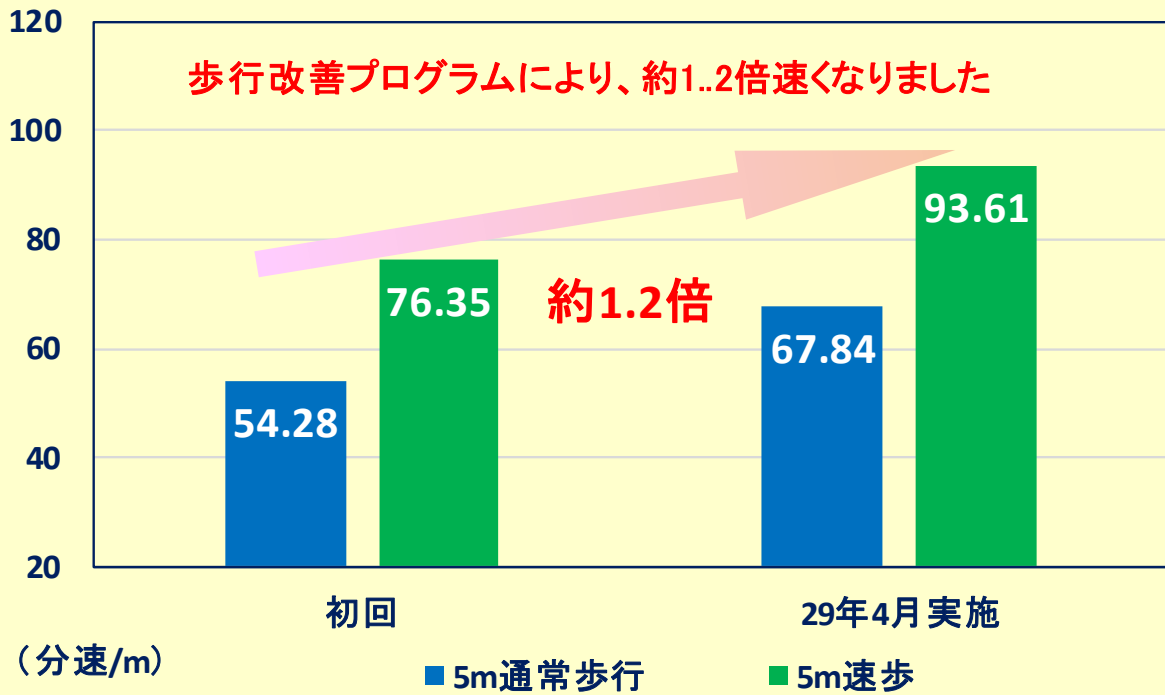
一人では出来ない運動もみんなと一緒に頑張れます。

専門知識を持った運動指導員が個々の課題に合わせて指導、

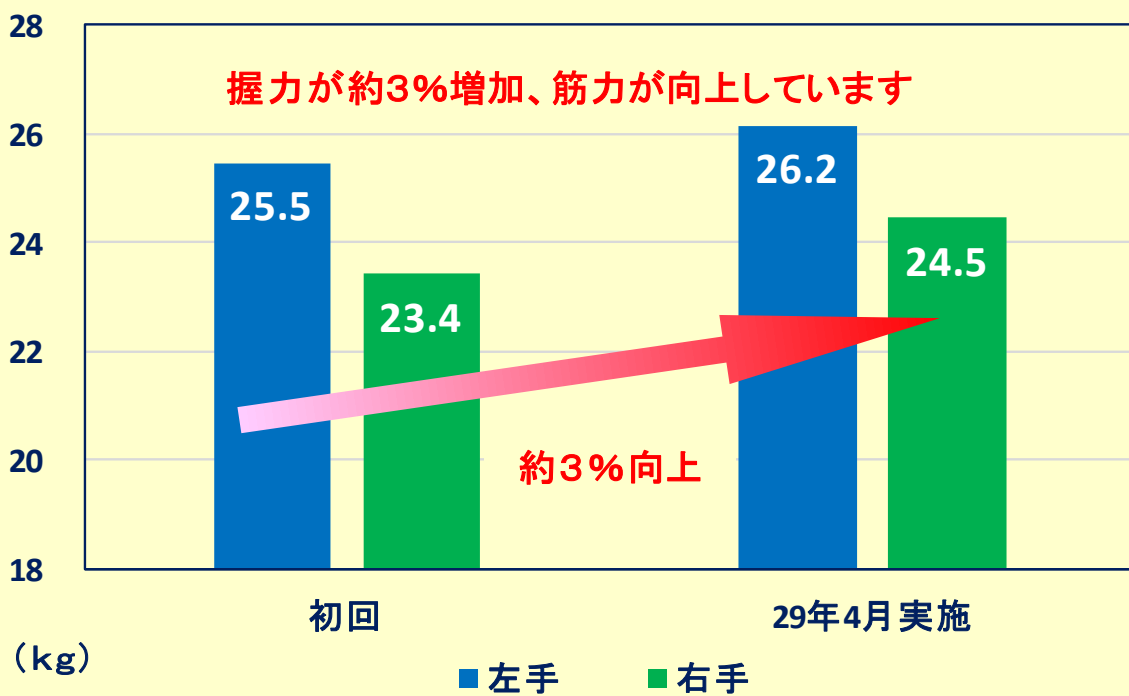
看護師も常駐で安心です。

見学会は実施中、送迎も行っています。ご連絡お待ちしております。

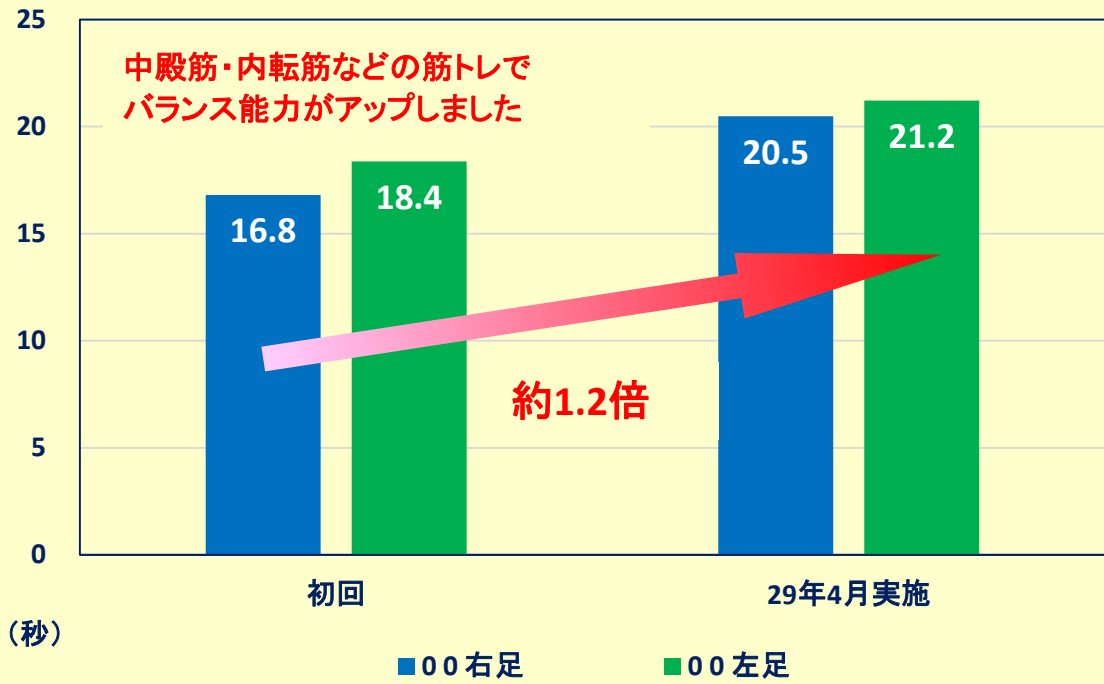
5m通常歩行・速歩(歩行能力テスト)



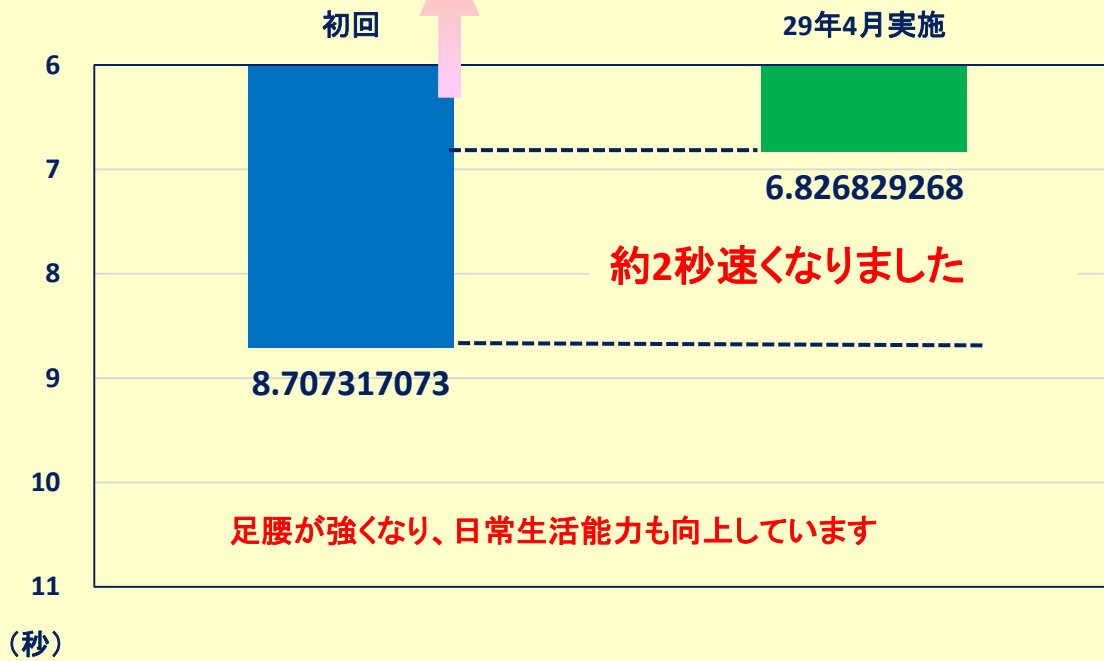
握力(全身の筋力に比例すると言われます)



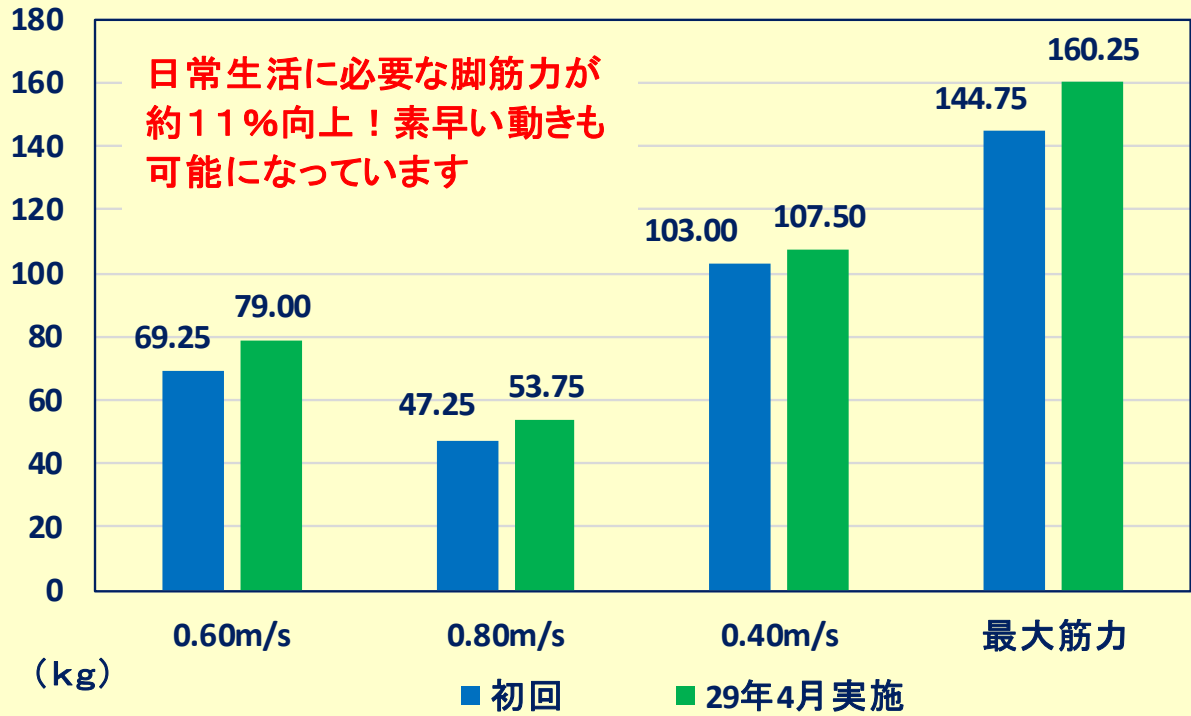
開眼片足立ち(バランス能力テスト)



3m折り返しタイム(日常生活機能テスト)



脚筋力測定(等速性筋収縮での測定)



脚筋力測定(立つ・移動する為の筋力を測定)

