

ゆるやかな体操

座位を保ちながら全身運動！！
歌、頭を使いながら、
楽しんで行ってます。

デイサービスセンター ひがししばた

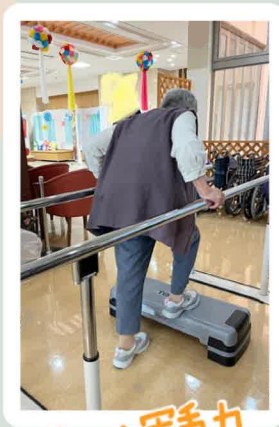
無理なく運動始めましょう



チューブ体操



棒体操



タオル体操



ちよっぴりハートな運動力



ボール体操

立位での運動や、
トレーニングマシンを使用した
全身運動です！！



ご利用者様それぞれに合った
様々な体操、運動を
楽しみながら行なっていただいています。
いつまでも元気に過ごすお手伝いを
させていただければ幸いです。