社会福祉法人
恩賜財団 済生会
おんしざいだん さいせいかい

山形済生病院附属小白川診療所
通所リハビリテーション

「いつまでも自分らしく」

小白川通所リハビリ
紹介動画はコチラ!

営 業 日：月～金曜日 ※祝日、年末年始はお休みです。

営業時間：午前の部　9：15～12：15
午後の部　13：45～16：45

小白川通所リハビリ3つの特徴

1 半日型の通所リハビリ

小白川通所リハビリは3時間利用の通所リハビリです。ご自身の生活スタイルに合わせて、午前の部と午後の部から利用したい時間帯を選べます。

2 豊富な運動メニュー

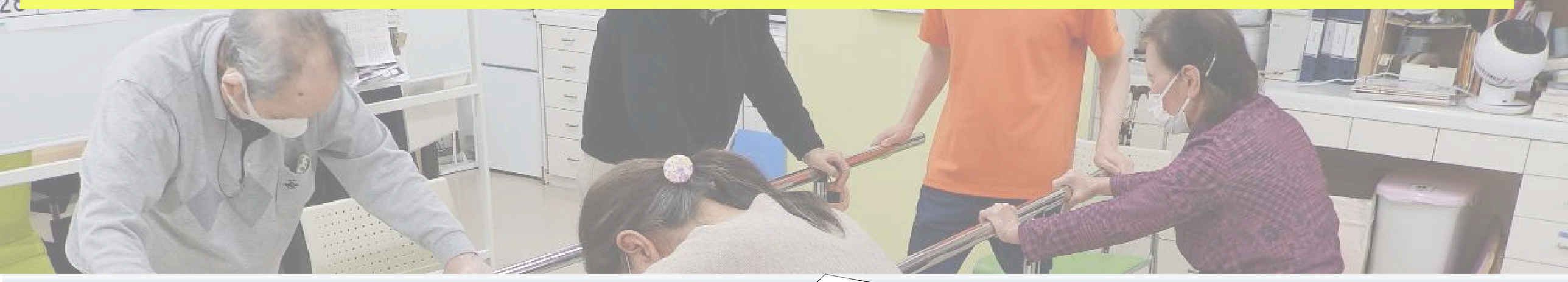
8種類のマシンを使ったトレーニングは「楽に動かせる」程度の負荷で行うので、気軽に始めることができます。普段使わない筋肉を効率よく活性化することができ、「姿勢改善」「疲れにくい体づくり」に効果的です。

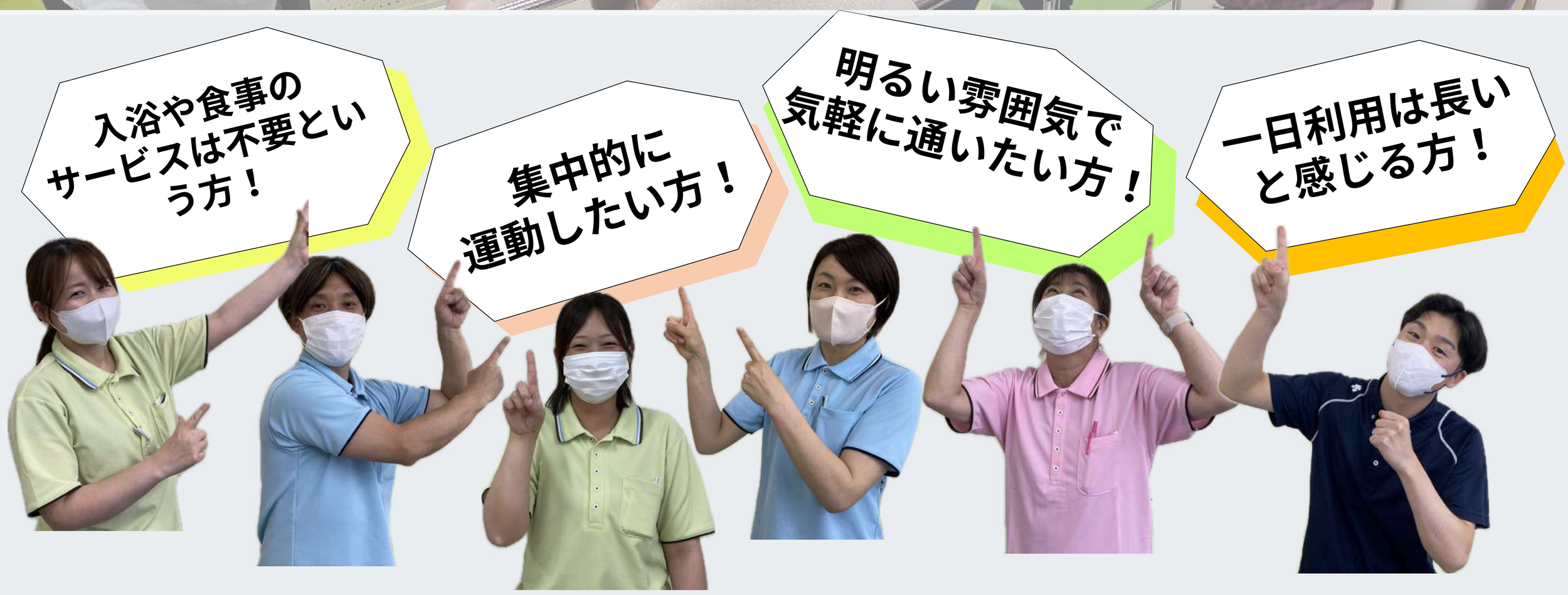
3 個別のアドバイスが受けられます！

作業療法士が2名在籍しており、目標に沿った運動プログラムを提案します。

また、健康運動指導士やパワーリハビリテーション指導員もいるので、一人一人の状態に合ったマシントレーニングの方法を指導します。

小白川通所リハビリはこんな方におススメ





- 一人一人の目標やお体の状態に合わせて、4種類の運動を組み合わせたメニューを提案します！
- 基本は「歩くこと」。歩行器等の器具も充実しています！
- 一緒に運動したくなる仲間がいます！

半日だから通いやすい！ご利用日の流れ

午前　8：45
午後 13：15

送迎

ご自宅までお迎えに伺います

午前　9：15
午後 13：45

手洗い、健康チェック

健康状態の確認を行います（体温・血圧測定など）

午前　9：30
午後 14：00

運動

マシントレーニング、集団体操、個別での運動、
自主練習にお声がけいたします

午前 11：50
午後 16：20

口腔体操

嚥下機能低下予防のためのお口の体操を行います

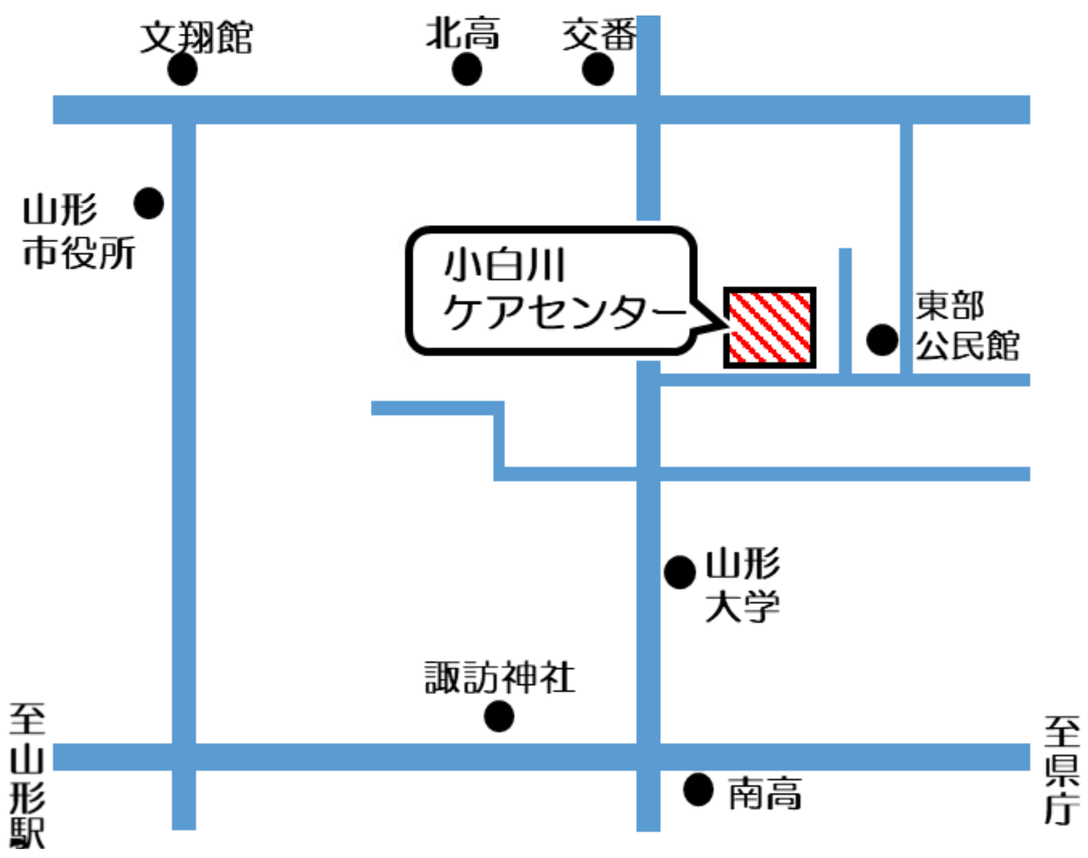
午前 12：15
午後 16：45

送迎

ご自宅までお送りします

お問い合わせ

見学を随時受け付けています。
お気軽にご相談ください。

〒990-0021
山形市小白川町2丁目3番1号
TEL　023-616-6565(通所リハビリ直通)
FAX　023-616-5081

アクセス