

# 短時間リハビリ

## ■ こんな方にオススメです！

短い時間でたっぷり運動がしたい

短時間で退院後のリハビリがしたい

リハビリだけのデイケアに行きたい



## ■ 短時間リハビリの特徴

### よしまロコモチェック

3か月に一度の体力測定で、自分の体の今を知り、リハビリの効果を確認できます。



- ①握力
- ②立ち上がり能力テスト
- ③片足立ちテスト
- ④TUG(Timed Up & Go)テスト

## ■ 1時間から3時間まで選べます

お住まいの地域や送迎車両のエリアにもよりますが、基本的には利用者様のご要望に応じて、短い時間で送迎対応いたします。(自家用車等で利用者様ご自身での通所も可能です。)

## ■ リハビリテーション専門職の指導と自主トレーニングを組み合わせ

リハビリ専門職による個別指導と、ご自身で行う自主トレーニングを組み合わせることで、より一層効果のあるリハビリ内容となります。



## お気軽にご連絡ください

- ★ 体験利用は無料です(送迎・リハビリ付き)。
- ★ 「見学・説明のみしてもらいたい」でも可能です。
- ★ 1日型の通所リハビリのご利用も受け付けております(送迎・入浴・食事・リハビリ付き)。

お問い合わせ:医療法人ユア・メディック よりしま内科外科医院

〒731-0138 広島市安佐南区祇園六丁目 21-16 デイケアよりしま 電話 874-3393