

運動の合間の日常風景



完成!



できあがり〜♪

今回は、秋を感じて頂けるよう  
スタンプと絵手紙を利用し、  
ブドウの絵を作成しました。

製作イベント・絵葉書





わっしょいわっしょい...



トレーニング楽しいね!



エアロバイク紹介



使用する筋肉  
大腿筋・大腿四頭筋  
ハムストリングス  
腹筋・背筋

効果  
血圧とコレステロールの低下  
転倒防止・体力維持・循環器系の健康維持

新人紹介

よろしくお願ひします




森本友子



平阪千章



インフルエンザ予防接種受付中

期間：10/1~1/31 接種希望される方は、スタッフまで  
¥1,500 アクア利用時に接種いたします

デイケアに興味・質問のある方はお気軽にご連絡ください。  
お待ちしております。

丸山整形外科デイケアアクア 電話 073-423-7700  
担当:前田

