

一日の流れ	
午前の部	午後の部
🕒～9：15	🕒～13：30
ご自宅までお迎えに上がります。 到着後バイタル測定を行います。	
🕒9：45	🕒14：00
椅子に座ったままで準備体操を行います。	
🕒10：05	🕒14：20
要介護の方は個別機能訓練があります。	
🕒10：15	🕒14：30
マシントレーニング、エアマッサージ、 温熱のマッサージを交代で行います。	
🕒11：20	🕒15：35
運動、マッサージが終わった方から バイタル測定を行います。	
🕒11：30	🕒15：45
午前は昼食と食後の歯磨き、午後はおやつの 時間です。随時脳トレやクイズを行います	
🕒12：15～	🕒16：30～
ご自宅まで送迎させていただきます。	
※午後の部は入浴も可能です	