

【リハビリ共通機器メニュー】(天の音・空の風)

・アクアタイザー



ウォーターベッドタイプの全身のマッサージ機。脊柱を中心に、筋肉・腱・靭帯の凝りを水圧刺激によってほぐし、血行の改善を図ります。また、肩凝りや腰痛、ストレッチ解消や疲労回復の効果もあります。

自分の力を使わない電動アシストなので無理なく有酸素運動ができます。膝や腰に過度な負担がかからない為、足腰が弱っている方の筋肉維持や股関節運動等のリハビリとしても最適です。



・ルームマーチ

車椅子の方でも立ち上がりやすい便利なハンドル付きです。歩行訓練や立ち上がり訓練を行うことで足の筋肉がつかます。又、横歩行にてフラツキを減らす、足の上下運動にてバランスが良くなり、躓き予防にもつながります。

・イージウォーク



ステップに足を乗せるだけで足首の屈伸運動ができます。硬くなった足首やふくらはぎ筋肉をほぐし、血液の流れを良くするには「ゆっくり運動」が効果的です。よく躓く、足が浮腫む、膝痛に悩んでいる方に最適です。

・メドマー



空気圧の収縮により脚に溜まった血液・リンパ液および余分な水分を効果的に中枢に戻します。又、マッサージ効果もあり、血行促進、疲労回復、筋肉の疲れや筋肉の凝りをほぐす、神経痛などの痛みの緩和といった効果があります。



・平行棒

左右交互のタタキ方式なので、人からたたいてもらっているような感覚で効果的にマッサージしてくれます。心地よい刺激で足を軽くし、血行促進や疲労回復、筋肉のこりをほぐしてくれます。

・首マッサージャー



二つのもみ玉が首筋を優しく揉み、温熱機構付きでじんわり温め、「だるさ」「むくみ」「疲れ」を素早く効果的にマッサージしてくれます。背中や腰部分、太ももにも使用できます。

・ホットリズム



温熱治療にリズムを伝える機能を加えた装置。温熱が筋組織に伝わり各組織への栄養分、抗体、白血球、酸素などの補給が促進されます。首や肩、腰や膝の関節、筋肉を温め血行を改善し、筋肉の凝りや痛みを改善します。



・足裏マッサージ

・セラミック足湯



温熱と遠赤外線ダブル効果。側面のヒーターと底面のセラミック(トルマリン・ゲルマ・麦飯石)で体を芯から温めてくれます。足湯のようにじんわりと温まり、足の冷えや疲れに効果的です。※お湯は使用しません。

【リハビリ重視機器メニュー】(空の風のみ)

・チェスト



片側拮抗トレーニングができる両腕の訓練台。25段階調節機能付き油圧シリンダーを採用しており無理なく実施できます。腕を動かすことで関節を柔らかくしたり、胸や背中、腕や肩の筋肉をつけることが目的となります。

片側拮抗トレーニングができる両足の訓練台。25段階調節機能付き油圧シリンダーを採用しており無理なく実施できます。膝や足腰の強化、筋の再活性化、硬くなりがちな股関節や腰背部の神経や筋肉の緊張の緩和が目的となります。



・レッグプレス

・クロストレーナー



上半身と下半身を同時に使った全身運動ができます。膝や足首など関節部の負担が少なく、手足の関節の可動に加え、腰のひねりも加わり腸腰筋を鍛えるので躓きや、転倒、脚の衰え防止の効果があります。

自転車タイプの有酸素運動系の定番マシン。足を持ち上げる動作や正しい姿勢を保つ為に必要な大腰筋を鍛える効果があり、運動不足解消の効果もあります。膝が悪い方、腰が悪い方、体力のない方にも負担の軽い運動が可能です。



・エアロバイク

・マルチトレーナー



椅子に座って付属のケーブルを引っ張ることで、多様な種類のエクササイズができます。持久力、筋力、柔軟性及び身体の各部のバランスの向上など日常生活に欠かせない様々な筋肉を鍛えることができます。

積み重ねや連結で様々な運動が可能です。階段昇降訓練、踏み台運動、またぎ訓練など工夫次第。必要に応じた利用が出来ます。



・ステップブロック

【その他のメニュー】

・ハンドグリップ



手指の筋力と柔軟性の強化に有効な器具です。指1本ずつのトレーニングも可能です。

・おびの体操

洗濯バサミやおはじきを使った指先運動。物を掴む為には指先の機能は大事です。指先に力が入りにくい方などに最適です。

昼食前には、口腔体操。午後からのメニューとして、日替わり(ボール・ゴムバンド・タオル等)を使用した体操を行っております。又、ラジオ体操も行っております。



・スチーパッド



上肢・下肢の先端に巻き付け、不可撻として使用します。

・指先運動