



機能回復訓練室・水浴訓練室

身体障害のある方により良い日常生活獲得のための、自宅での運動習慣化を目的とした支援をしています。

●受けられるサービスについて

機能回復訓練



筋力、持久力、柔軟性などのエクササイズや
立ち上がり、歩行などの日常動作訓練

- ・機能回復訓練は個別訓練です。
- ・月曜日～金曜日
- ・週1回40分を全12回
- ・無料でご利用いただけます。

水浴訓練



水の特性（浮力、水圧、抵抗など）を使った筋力トレーニング、ストレッチなど

- ・水浴訓練は集団訓練です。
- ・火曜日・木曜日
- ・週1回40分を全12回
- ・無料でご利用いただけます。

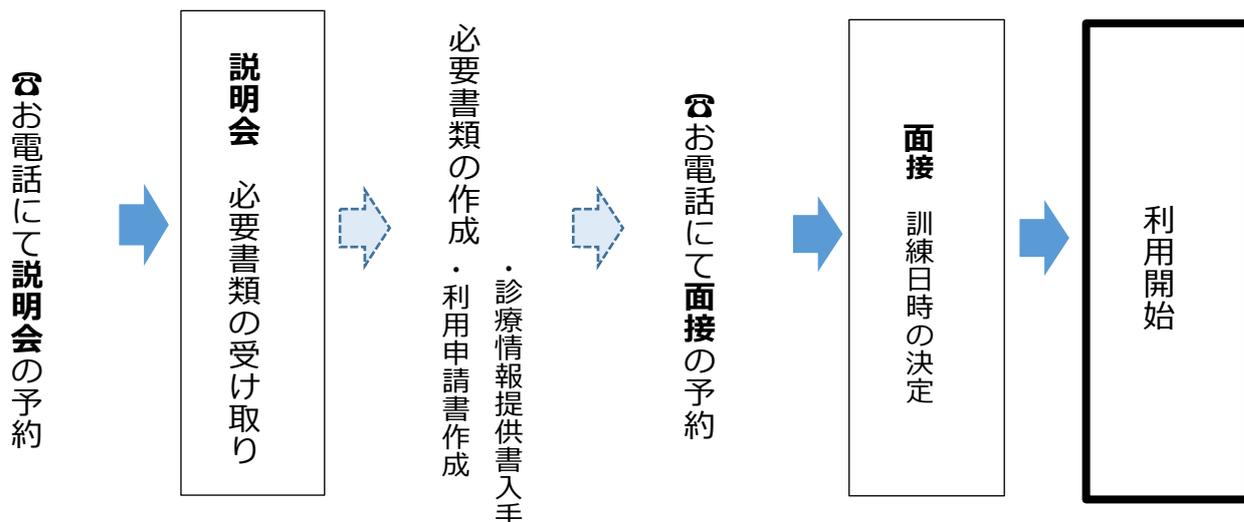
●利用対象者

- ・高崎市在住の方
- ・身体障害者手帳をお持ちの方
- ・現在、医療保険でのリハビリを受けていない方
- ・係りつけ医師の運動許可がもらえる方
- ・当センター利用規約に同意いただける方

※上記すべての条件を満たす方がご利用対象となります。



●ご利用の流れ



●申し込み方法について

・訓練は予約・登録制となっています。

・お電話にて説明会の予約を行います。

・見学は随時受け付けております。

●その他

・機能回復訓練と水浴訓練は同時にお申込みいただけます。

●アクセス・問い合わせ

<お問い合わせ>

受付時間：月～金曜日（土日祝日休み）

9:00～12:00 13:00～17:00

住所：〒370-0065

高崎市末広町 115-1

直通電話：☎027-370-8829

