

# フィットネスデイ 丸子の里 りはら

いつも明るく

『元気になる りはら』

を実践しています！



≪2部制 ⇒午前の部9:00～、午後の部13:15～≫

**内容** ☆ストレッチ、レッドコード、マシントレーニング、  
下肢エルゴメーター、立位での運動、 など

☆日替わりの脳トレプリント  
クロスワード、間違いさがし、漢字の読み書き、計算問題 など

その他、作業療法士による個別対応 作品づくりなどの  
アクティビティなども提供しています！



介護職員、看護師、作業療法士、送迎ドライバーが  
明るく元気に皆様をお待ちしています♪

パソコン教室参加者募集



フィットネスデイ 丸子の里 りはら

担当 山本、竹島

静岡市駿河区みずほ2丁目12-4

TEL 054-260-6591 FAX 054-260-6592