

笑顔の駅 運動教室 受講生募集



地域の皆様の
健康・運動不足を
サポート



福岡青洲会病院 リハビリテーション部 **運動事業**のご紹介

地域の皆様

運動不足を感じていませんか？

私達 リハビリテーション部は

楽しく！ **安**全に！ **効**果的に！

運動教室 [笑顔の駅] を運営しています



リハビリ
専門職

理学療法士
作業療法士
健康運動指導士が

運動のサポートを
行います！

プロのサポートで安心！

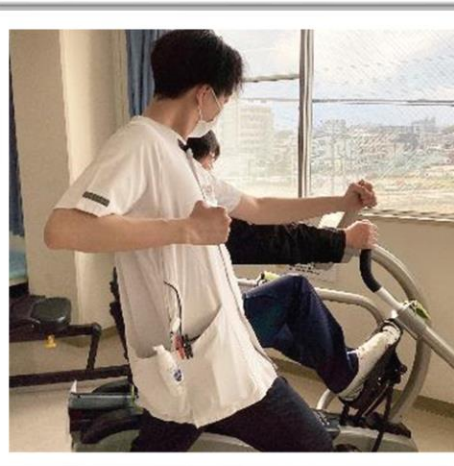
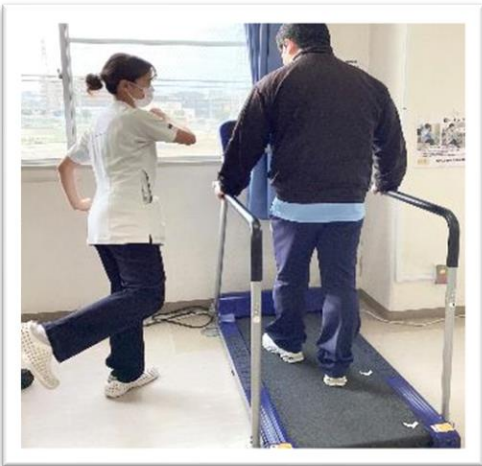
運動教室 笑顔の駅



姿勢を整え
転倒予防!

無理なく続けられる!

運動教室 笑顔の駅



多様なトレーニング機器で
個人にあった運動を実践！

運動教室
笑顔の駅



健康な
身体作り!

しなやかで強い体づくりへ!

参加
可能な方

年齢：20～90歳

トイレが自立している方

ご病気がある方も主治医の
運動の許可があれば可能です

費用

1,500 円 (90分/1回)

*** 医療・介護保険外**

実施日

水・木・日曜日

午前開催

無 料 体 験

受 付 中

場所

福岡青洲会病院 隣
総合健康センター 4階

笑顔の駅青洲会運動教室

バランスエクササイズ

レッドコード体操

マシントレーニング



バランスディスクやストレッチボールなどリハビリ現場でも使用している道具で怪我や病気を予防するための体幹作りエクササイズを一緒にを行います。

リハビリ先進国ノルウェーで生まれたレッドコードは天井から吊るされた2本のロープにつかまって安全に全身の運動が行える医療機器です。

マシン機器を使用して全身の運動が可能です。理学・作業療法士が負荷を設定して、病気や怪我の既往がある方でも安心して運動が行えます。

場所：福岡青洲会病院 総合健康センター3階と4階
(福岡県糟屋郡粕屋町長者原西4丁目11番8号)

参加費：1,500円/90分(現金窓口払い) 参加定員：各15名

日時：毎週水曜日 10:30~12:00

毎週日曜日 ①9:30~11:00 ②11:00~12:30

※水曜日は3階、日曜日は4階にお越し下さい。

(水曜日はレッドコード体操がございません)

受付は開始15分前から行います。

お申込み時は【名前】と【電話番号】をお伝えください。

お問い合わせ電話番号(平日9~17時)：070-5572-9021(担当者：野田)

社会医療法人青洲会 福岡青洲会病院 HOPE 健康増進チーム
担当者：リハビリテーション部 野田智幸(理学療法士)

LINE公式アカウントはこちら(^_^)

お問い合わせ、お申込みなどもLINEで可能です!





お問い合わせ

お問い合わせ
申し込み

こちら

福岡青洲会病院

リハビリテーション部

070-5572-9021

(担当者:野田)

**私達と一緒に、
健康な毎日を目指しませんか？**



**皆さまのお越しを
心より
お待ちしております**