

今年最後の筋トレが、来年の体を作る！ 肩関節周囲炎（ブログ）⇒ 

## 筋トレディサービスビー

072-982-7862

12月の空き状況

※R7.11.24現在

※空き状況は変化する為、×の場合でもお気軽にお問合せください。要支援の方も歓迎！

月 AM	火 AM	水 AM	木 AM	金 AM
△ 1名	○ 3名以上	△ 2名	△ 2名	△ 1名
・女性の利用者様が多く、皆さんお話好きです ・おしゃべりするお友達欲しい人おススメ	・運動後、熱心に創作活動や脳トレをされている方が多い ・ご自分のペースを大切にする方おススメ	・一週間の中で一番活発で、笑いの絶えない部です ・男女比が半々なので、お話しるのが好きな方おススメ	・比較的物静かな方中心の部です ・黙々と運動したり、脳トレしたい方おススメ	・マイペースに運動される方が多い落ち着いた部です ・優しくアドバイスしてくれる利用者様が欲しい方おススメ
入浴 ×	入浴 ×	入浴 ×	入浴 ×	入浴 ×
月 PM	火 PM	水 PM	木 PM	金 PM
△ 2名	△ 2名	△ 1名	△ 2名	△ 1名
・運動後、熱心に創作活動や脳トレをされている方が多い ・ご自分のペースを大切にする方おススメ	・マイペースの方が多い部で、比較的ゆったりしています ・他の利用者様と関わりを持てていただきたい方おススメ	・女性の利用者が多くお話好きな方が多いです ・ゆっくり運動したり、おしゃべりしたい方おススメ	・運動後レクリエーションとして、1時間カラオケしてます ・歌っても良し、聞くだけでも良し、歌が好きな方おススメ	・運動後トランプを5~10名程度でされています。 ・利用者様どうしてコミュニケーション取りたい方おススメ
入浴 ×	入浴 ×	入浴 △1名	入浴 △1名	入浴 △1名

■提供時間 午前の部 9:00~12:15 午後の部 13:30~16:45 ※祝日も営業しております！ ■定員 各部18名