

NEW!

スポーツクラブセイシン千代田

10/22(火) 導入決定!!

ZERO-i



がんばらない カラダが整う 楽になる

従来のストレッチと比べ、リラックスした姿勢を確保することでより効果的で安全にセルフケアが出来るマシンです。

使ったその日から効果を実感!! がんばらずに体が整う



チェスト・エクステンション
胸部・肩をストレッチするマシン



ショルダー・エクステンション
背中上部・肩周りをストレッチするマシン



ヒップ・エクステンション
おしりをストレッチするマシン



アダクター・エクステンション
股関節周りをストレッチするマシン



ローテーション・エクステンション
脊柱部(背骨周辺)をストレッチするマシン

文化の日スペシャル

セイシン健康マルシェ

運動・医療・芸術・美容・飲食など
学んで、体験して、美味しく食べて と盛りだくさんの1日!

11/3 10:00-15:00 会場 スポーツクラブセイシン 千代田



医療 × セイシン



高血圧



動脈硬化



腰痛
ひざ痛



高脂血症



メンタル
ヘルス

指定運動療法施設だから
運動療法処方箋があれば
運動にかかる費用が医療費控除の対象に!

医師が発行した運動療法処方箋に沿ったメニューに取り組むので安心!
さらに月会費が医療費控除の対象になるためお得です!

詳しくはこちら▼



提携医療機関

～運動療法処方箋の発行にご協力いただいている医療機関～

大石内科循環器科医院 様

〒420-0839 静岡市葵区鷹匠 2-6-1
Tel 054-252-0585



内科全般、特に循環器疾患及び、高血圧、また糖尿病などの生活習慣病、認知症などの専門分野に対し、医師、看護師、管理栄養士、理学療法士、作業療法士、ケアマネジャー、介護士等多くの専門スタッフと連携し、総合的な医療に力を注いでいます。認知症にも力を入れており、「もの忘れ外来」もご用意。皆さまにとっての身近な「かかりつけ医」を目指しています。

【運動療法処方箋の発行について】
・発行手数料は無料
・診察料をお支払いいただきます。
・検査が必要な場合は検査代をお支払いいただきます。



サクラノキテラス

地域に向けた取り組みも積極的に行っております。月に一度、誰でものんびりできるお庭を開放しています。サクラノキテラスは「みんなが集えるごちゃまぜコミュニティ」を目指しています。



芳村整形外科医院 様

〒420-0813 静岡市葵区長沼 984
Tel 054-261-2828



運動療法処方箋の発行手数料は無料。初診料、診察料を頂きます。
日本医師会健康スポーツ医
日本スポーツ協会公認スポーツドクター
整形外科を診療しています



※ここに記載されている医療機関以外にも、20以上の医療機関より運動療法処方箋の発行実績がございます。

医療機関の皆様へ 一緒に地域の健康づくりに取り組みませんか? ご興味のある方はご連絡ください。

大石内科循環器科医院 × セイシン

肥満(ダイエット)外来

運動 食事 お薬

医師による診察や検査による評価に基づいて、

〈プログラム内容〉

- 管理栄養士による食事・栄養指導
- 健康運動指導士による運動プログラム
- 医師による肥満治療薬の処方

- 認知行動療法
- 食事療法
- 運動療法
- 肥満治療薬

を組み合わせた医学的な視点で行う肥満(ダイエット)プログラムです。

医師監修のもと認知行動療法・食事療法・運動療法・肥満治療薬の中から、一人ひとりの身体の状態に合わせて最適なプランニングを行います。全ての方が、必ず4つの療法を行うわけではありません。

日時 毎週土曜日(月4回) 14:30~15:30 場所 大石内科循環器科医院 介護棟3Fスタジオ

内容
運動療法の



痩せるために動かない体に鞭を打つのではなく、無理なく動ける身体を作ることで、なりたい自分を目指していきましょう!



ホームページはこちら



受診される方は 大石内科循環器科医院様のホームページをご確認ください。