



地域の方々の健康寿命を延ばす取り組み や健康増進の支援を行います。

◆ 利用者の目的に合わせた健康支援

介護予防
プログラム

運動による
支援
プログラム

レディース
コンディショニング
プログラム

こんな悩みの方も是非利用してください

- 個人でのトレーニングメニューの考案に限界を感じている方
- リハビリに関するセカンドオピニオン
- 関節痛にお悩みの方

I. カウンセリング

- ◇ 専門家との面談
- ◇ 評価と分析

II. 目標設定, 教育, 計画

- ◇ 専門家による健康教育
- ◇ 目標設定

IV. 効果判定とさらなる改善

- ◇ 効果判定
- ◇ プログラムの修正・新規作成

III. プログラム実施

- ◇ 個人に応じた対応
- ◇ 専門家による適切な対応

【予約・問い合わせ】 広島国際大学 研究支援・社会連携センター