



ひとりひとりに合った運動方法や身体の動かし方、上手な暮らし方を提案しています

均整きいとす

【運動】

【代表者名】

島川 弘美

【連絡先】

伊達市舟岡町 351-12
(均整きいとす)

TEL 0142-82-3288

FAX 0142-82-3287

HP:

<http://kinseikiitos.jimdo.com/>

メールアドレス:

kinseikiitos@smile.nifty.jp

【主な活動場所】

均整きいとす及び各施設

令和5年6月現在



主な活動内容

- 身体均整法やパーソナルトレーニングを通し、ひとりひとりに合った運動方法や身体の動かし方、上手な暮らし方を提案します。リハビリテーション専門職（理学療法士）、看護師がどなたにも安全で各自が取り組みやすく成果が出る方法を提案します。（医療が必要な方は早期発見し、適切な医療・相談機関へつなぎます）
- 介護予防や転倒予防教室、出前講座などを通し、痛みを減らし身体を強くする方法を提案します。詳細は、お問い合わせください。