

JCHO湯布院病院 温泉プール

当院では温泉プールを活用し、患者さんの訓練を行っています

プールでの運動について

歩行訓練や筋力訓練を行います。負荷量は歩行能力や筋力、耐久性に応じて個別に設定します。プールの中は浮力が働き腰や膝などの関節へ負担が減ります。水の抵抗により、簡単な運動であっても筋活動と消費カロリーが増え、筋力向上や脂肪燃焼にも効果があります。



適応疾患

整形外科疾患（変形性関節疾患、腰部脊柱管狭窄症やその術後など）、
脳血管疾患、神経性疾患、（パーキンソン病、脊髄小脳変性症、多発性硬化症、
ギランバレー症候群等）、関節リウマチ、生活習慣病（糖尿病、肥満症等）、
心身症、健康増進、疾病・介護予防、その他医師が必要と認めた方

※ ご利用は当院に入院中の方になります

設備

温水プール：15m×10m
水深：2段階（100cm、120cm）
水温：35～36℃（温泉利用）
入水用の電動リフト・スロープ



利用された方の感想

- ・ 浮力があるので荷重できない時、歩きが不安定でも安心して運動ができた
- ・ 筋力が低下した足でも不安なくスムーズに歩くことができた
- ・ プールに入って足が軽くなった
- ・ 水の抵抗でしっかりと手足に負荷のかかった運動ができた

お問い合わせ先 0977-84-3171（地域連携室：倉橋）