

ハビリ機器・訓練	主な効果・目的	説明
アブドミナルバック	腹筋・背筋など体幹筋の強化、姿勢保持	お腹や背中の筋肉を鍛え、姿勢を保つ力や身体の安定性を高めます。立つ・歩くなど日常生活の動作を支えます。
アブダクション	お尻・股関節周囲の筋力強化、歩行安定	太ももを外側へ開く運動で、お尻や股関節まわりの筋肉を鍛えます。歩くときのふらつき予防にもつながります。
エルゴバイク	下肢筋力、持久力、心肺機能の維持・向上	自転車をこぐ運動で、足の筋力や体力づくりを行います。座ったまま運動できるため、無理のないペースで取り組みます。
サンディング	肩・肘の動き、上肢機能、体幹の運動	台の上で手を前後・左右に動かし、肩や腕を動かしやすい練習をします。物を取る、手を伸ばすなどの動作につながります。
ニューステップ	上下肢の運動、全身持久力、関節運動	手と足を一緒に動かすことで、全身をバランスよく運動できます。座った姿勢で行えるため、安定して運動しやすい機器です。
プーリー	肩関節の可動域維持・改善、上肢運動	滑車を使って腕を上げ下げし、肩や腕の動きをなめらかにする運動です。腕が上げにくい方などにも使用します。
リカベントバイク	下肢筋力、持久力、心肺機能の維持・向上	背もたれのある椅子に座って自転車運動をします。身体を安定させながら足腰や体力を鍛えられるのが特徴です。
レッグエクステンション	太もも前面(大腿四頭筋)の筋力強化	膝を伸ばす運動で、太ももの前側の筋肉を鍛えます。立ち上がりや歩行、階段などに必要な力を高めます。
レッグプレス	太もも・お尻など下肢全体の筋力強化	足でプレートを押すことで、太ももやお尻など足全体の筋肉を鍛えます。立ち上がる・歩くといった動作につながります。
ローイング	背中・肩甲骨周囲・腕の筋力強化、姿勢改善	ハンドルを手前に引く運動で、背中や肩まわりの筋肉を鍛えます。姿勢を保つ力を高めることにもつながります。
バランス訓練	バランス能力、下肢・体幹機能の向上	不安定な場所で姿勢を保つ練習などを行い、身体のバランスをとる力を養います。転倒予防にもつながります。
温熱機器	血行促進、筋肉の緊張緩和、痛みの軽減、関節の動かしやすさを高める	身体を心地よく温めることで血行を促し、筋肉のこわばりや痛みをやわらげます。身体を動かしやすくし、その後のリハビリにも取り組みやすくなります。