病気になってから治す「治療医学」から
病気を未然に防ぐ「予防医学」へ

メディカルフィットネスAAAは、
神奈川脳神経外科クリニック併設の運動療法施設です。

さまざまな病気を予防するため、
しぶとい痛みを改善するため、
医療機関から退院後のリハビリテーション運動療法施設として、

皆様の生活をサポートしていきます。

1

健康診断には含まれない生体機能検査、
科学的根拠に基づく指導で、
生活習慣病や整形外科疾患等をはじめとする
あらゆる疾病の予防を実現します。

3ヶ月ごとの生体機能検査で
体の状態を詳細に分析します。

生体機能検査項目

- 部位別体脂肪量・筋肉量
- 血管年齢
- 自律神経健康度
- 筋力
- 柔軟性
- もの忘れ検査
- 血液検査
- 内臓脂肪CT検査
- 姿勢のゆがみ
- 呼吸機能

2

検査結果を医学的根拠に基づき、
科学的に分析します。
ライフスタイルにあった、
最適な生活習慣をサポートします。

医師を中心とした医療の専門スタッフが
検査結果を元に診察・カウンセリングを行います。

検査結果を元に最適なライフスタイル、運動プログラム、食事等、理想のお身体づくりのための最適なプランを医師、理学療法士、柔道整復師等の医療の専門スタッフがご提案いたします。

カウンセリング後は、
運動がきちんと適切に行えて
いるか、スタッフと確認しながら
目標達成に向かって
トレーニングしていきます。

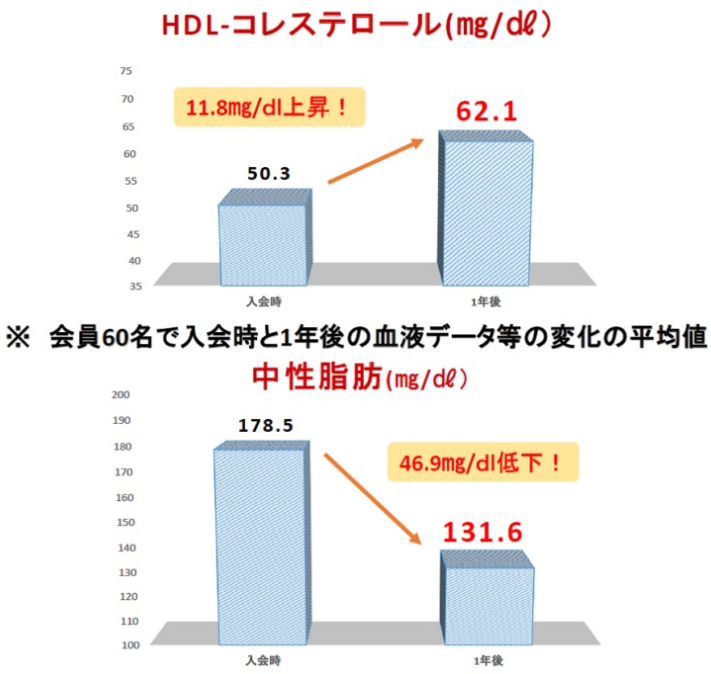
コンディションを整えるために最適なマシン
スタジオプログラム
医学的根拠に基づく
オリジナルトレーニングプログラムを
ご提供いたします

従来の“鍛える”トレーニングから、”動きやすい身体を作る”トレーニングをコンセプトに、筋肉の柔軟性を取り戻し、関節の動きを中心に改善していきます。

血液循環機能、筋代謝能、バランス機能などの向上を目的としたものから、
脳機能の改善を図るスタジオプログラムをご提案します。

医学的トレーニングプログラムによる変化

コレステロールと中性脂肪の平均値の変化



血液データの結果からもわかるように、ＡＡＡではさまざまな病気の予防や進行予防をサポート（未病へのマネジメント）しています。

整形外科疾患の運動プログラムのみならず、高血圧症・糖尿病・メタボリックシンドロームといった生活習慣病の予防・進行予防・改善など、さまざまな医学的見解から運動プログラムをサポートしています。

4

個別でケアやトレーニングを
行うこともできます。
国家資格保有者が対応しますので
安心して痛みや硬さの改善を
目的とすることが可能です。

経験豊富な理学療法士、柔道整復師が
症状に対して責任持って対応いたします。

マシンでは取り切れない痛みや硬さ、一人ではなかなかトレーニングができない方に、
個別対応による施術やマンツーマントレーニングを行うことも可能です。

◆　なかなか治らない、しぶとい痛みがある

◆　退院後などで、体力が著しく落ちている

◆　健康診断等で生活を見直すよう言われている

◆　姿勢が悪い

◆　最近、ふらつきが気になる

◆　将来、認知症になるのが怖い

◆　アスリートでパフォーマンスを劇的にアップさせたい

小学生から90代まで、

多くの方にご利用いただいております。

これらに当てはまる方は、ぜひ一度見学にいらしてください。

健康診断には含まれない生体機能検査、科学的根拠に基づく指導で、
生活習慣病や整形外科疾患等をはじめとする
あらゆる疾病の予防を実現します。