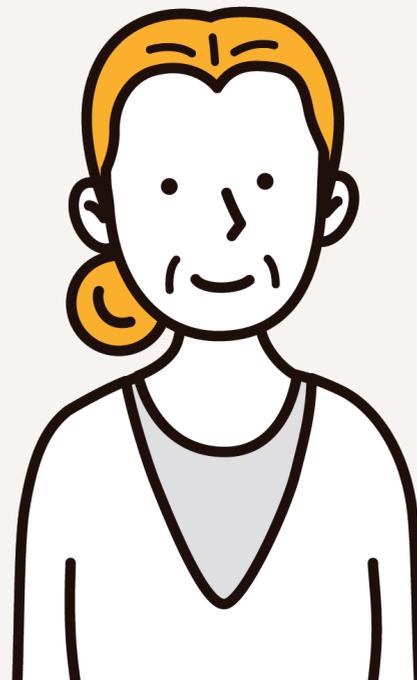


お客様インタビュー①

90代女性 Aさん

マゼラン湘南佐島に住んで一番良かったのは、今まで長い階段があり諦めていた夫の墓参りに行けるようになったことです。

入居してから、毎日のラジオ体操やビーチウォーク、フィットネスで身体を動かすようになり、たくさん歩けるようになりました。



実際の数値変化

夏場は熱中症予防のためビーチウォークを中止する関係で歩数は落ちていますが、年々徐々に歩数が増加し、それに伴い筋肉量も増加しています。さらに、血圧も低下し、歩ける距離も長くなりました。

最高血圧

145
mmHg



129
mmHg

歩数と筋肉量・骨量の変化

