

7月1日(月) 開設予定

元氣ここから

GENKI KOKOKARA

ごあいさつ

みなさま、こんにちは。

7月1日(月)に開設を予定しているデイサービス『元氣ここから』です。当施設は、高齢者の転倒予防・寝たきり・ひきこもりを防止するために機能訓練(リハビリ)を積極的に取り入れた半日型のデイサービスです。

定期的に運動の機会を持ち、身体の衰えを防止し、同世代の方々と楽しく交流したいという方、無理なく楽しくトレーニングを続けていけるようお手伝いいたします♪♪♪

施設説明を兼ね内覧会を開催いたします。

お気軽にご参加いただきますようよろしくお願いいたします。

日程 6月24日(月)～28日(金)

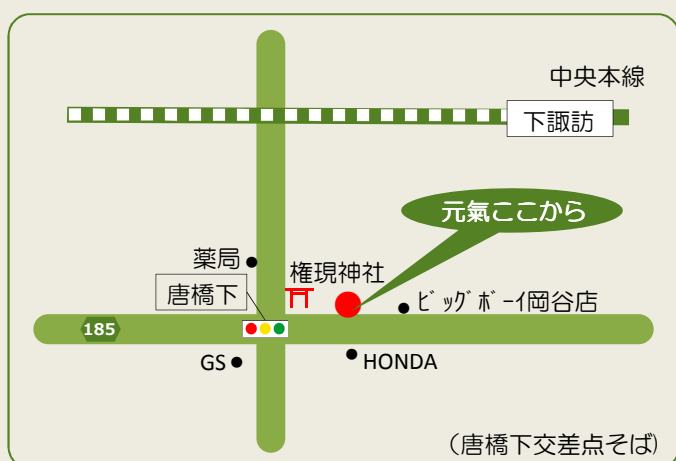
時間 10時～17時

※見学送迎も無料にて承ります

ご利用対象者

- 要支援1・2/要介護1～3認定の方
- 介護認定申請中・申請ご希望の方

施設のご案内



機能回復型デイサービス 元氣ここから
長野県岡谷市権現町2-1-68 SDビル

TEL: 0266 - 75 - 1598

内覧会開催のお知らせ

お気軽にお越しください♪

コンピューターで操作できる最新鋭のマシン

立つ・歩く・座るなどの足全体の筋力向上

ふらつき防止・歩行時の安定性向上



●レッグプレス



●ヒップアブダクション

自動で重さを調整

自動で記録保存



●レッグエクステンション



●ローイング

階段昇降の安定性・歩幅広げの向上

猫背防止・肩可動範囲の柔軟性向上

運動メニューの中心は東京都老人総合研究所の大淵修一先生が高齢者のために考案したCGT理論(包括的高齢者向けトレーニング)を採用し確かなエビデンス(運動効果)が期待できます。

トレーニング設備は最新鋭の次世代型トレーニングシステム【リハトレナー】を導入し、ご利用者さま個別のきめ細やかな運動メニューを設定し、3ヶ月ごとの運動効果報告書の作成まで全て自動化しております。

ご利用料金

要支援の方 1ヶ月の自己負担金額		要介護の方 1回の自己負担金額	
要支援1 (単位)	2,099円/月 (2,099)	要介護1 (単位)	461円/回 (461)
要支援2 (単位)	4,205円/月 (4,205)	要介護2 (単位)	529円/回 (529)
		要介護3 (単位)	596円/回 (596)
		要介護4 (単位)	663円/回 (663)
		要介護5 (単位)	729円/回 (729)

よくあるお問い合わせ

Q:どんな施設なの?

転倒予防・寝たきりにならないことを目的に個別の運動メニューを作成し、トレーニング・ストレッチ体操などを行う施設です。

Q:体力に自信がないんですが・・・

運動が苦手なんですが・・・

ご安心ください。まずはストレッチや簡単な運動から始めて運動できるからだづくりを行っていきます。

Q:利用時間は?

一日約3時間です。機能訓練(介護予防)に特化した短時間デイサービスです。

※食事や入浴はございません。

【運営法人】株式会社一期一会

(T)0299-75-1597