

平成30年3月1日(木)  
Open予定



## 『元気館』登場！



ごあいさつ

皆様、こんにちは。

この度、足立区舎人に**要支援者、事業対象者**に特化した、SHIBUYAデイサービスセンター『**元気館**』を3月1日(木)(予定)に開設する事になりました。当施設は「転倒予防」「寝たきり予防」「ひきこもり防止」を目的に機能訓練(リハビリ)を積極的に取り入れた短時間集中(3時間)の介護予防デイサービスになります。

オープンに先立ち、施設説明を兼ねた無料体験会を開催いたします。

是非、お気軽にご参加下さい。

**体験日程：2月19日(月)～28日(水)**

**時間：10時～17時**

※体験会の無料送迎も行っております。  
お気軽にお問い合わせ下さい♪

### 施設のご案内



〒121-0831 東京都足立区舎人6-2-11

**TEL 03-5837-4600**

※お問い合わせは、管理者:太田にご連絡ください

無料体験会のお知らせ

お気軽にお越しください♪

### 【ご利用対象者】

- 事業対象者(新総合事業対象者)
- 要支援1～2認定の方
- 介護認定申請中・申請ご希望の方(足立区の方のみ、ご利用できます)

### 施設の特徴

半日型  
デイサービス

- ・午前と午後の2部制
- ・食事・入浴サービスはありません

機能訓練  
(運動)特化

- ・科学的根拠に基づいた運動プログラムを採用

認知症予防

- ・運動は認知症の予防へ繋がります  
体と頭を鍛えていきましょう

運動効果の  
見える化

- ・体力測定評価(レーダーチャート作成)
- ・マシンによるスムーズ度表示

「マシンが人を覚える」最新鋭のトレーニングマシン

介護予防自動筋力トレーニングシステム

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【リハトレーナー】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。

**1人ひとりの体力に沿った「個別の運動プログラム」をコンピュータが自動設定  
楽しみながら安心して運動できます。**

### ◆ローイング

猫背防止・肩可動範囲の柔軟性向上



### ◆ヒップアブダクション

ふらつき防止・歩行時の安定性向上



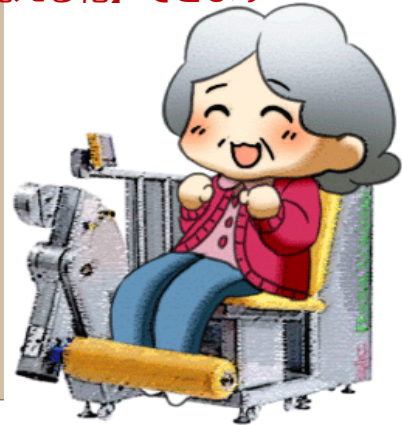
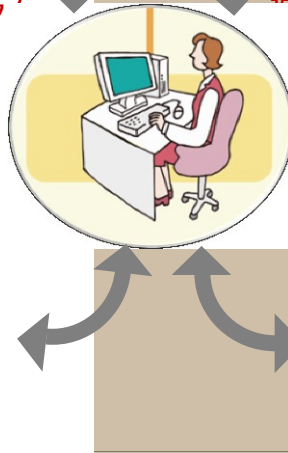
1人ひとりの体力に沿った運動プログラムを自動提供します

運動効果はデータで見える化】できます



### ◆レッグプレス

立つ・歩く・座るなどの足全体の筋力向上



### ◆レッグエクステンション

階段昇降の安定性・歩幅広げの向上

こんな方におすすめ！！

最近  
つまづいたり  
転倒した  
経験のある方

男性で  
外出が苦手な方

楽しく  
運動をしたい方

一日型  
デイサービスが  
長い  
と感じている方

今の体力を  
維持したい  
方

お気軽に  
お問合せ下さい

TEL: 03-5837-4600

SHIBUYAデイサービスセンター『元気館』  
〒121-0831 東京都足立区舎人6-2-11 ◆お問合せ担当 管理者：太田