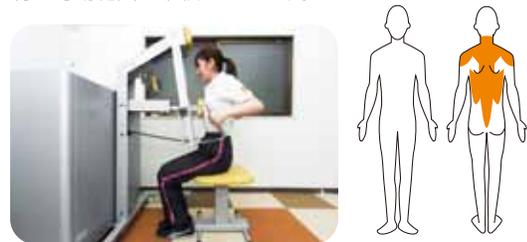


運動設備

CGT 理論に基づいた最新トレーニングシステム「リハトレナー」を採用

猫背防止 ローイング

【広背筋・菱形筋強化】背筋が伸び散歩が楽しく！肩の可動範囲を柔軟にさせます。



膝関節の安定性と可動域の改善 レッグエクステンション

【大腿四頭筋の筋力強化】階段昇降の安定性の向上や、歩幅が広がります。



骨盤の安定性を高める ヒップアブダクション

【腰回りの筋肉(中殿筋)を強化】歩行時のバランスがよくなります。



足腰の筋力低下防止 レッグプレス

【下肢全体の筋肉を強化】杖を使わず自分の足でしっかり体を支え歩ける脚力を作ります。



ご利用料金

要支援の方(介護予防通所介護費)1ヶ月の利用料金		
介護区分	費用額(10割分)	自己負担額
要支援1	22,863円/月	2,287円/月
要支援2	45,791円/月	4,580円/月
運動器機能向上加算	2,432円/月	244円/月

生活保護を受けている方は無料で利用できます。

要介護の方(通所介護費)1回の利用料金		
介護区分	費用額(10割分)	自己負担額
要介護1	5,015円/回	502円/回
要介護2	5,761円/回	577円/回
要介護3	6,486円/回	649円/回
要介護4	7,221円/回	723円/回
要介護5	7,934円/回	794円/回
個別機能訓練加算(1)	454円/回	46円/回

運動設備

個人の能力に合わせたマシントレーニング

「リハトレ専科西戸山公園」では、東京都健康長寿医療センターの大淵修一先生が考案した包括的高齢者トレーニング理論「CGT理論」に基づいたプログラムを搭載している最新鋭の介護予防自動筋力トレーニングシステム「リハトレナー」を採用しています。「リハトレナー」は利用者一人ひとりの能力に合わせた運動プランを作成できるほか、運動記録や運動履歴を個別にデータベース化し、筋力・動的バランス・静的バランス・柔軟性・歩行能力をレーダーチャート化した報告書を作成することができます。さらに、個人の身体能力に合わせ、マシンの負荷を最適に自動調整します。



相談室



生活相談員に
お気軽にご相談ください

フリースペース



準備体操やご歓談、
休憩用の広いスペース

リハトレ専科の
ポイント

1 午前か午後の半日でOK!

- ・午前と午後の選べる半日型サービス
- ・機能訓練中心

※入浴・食事サービスはございません。

2 効果がデータで目に見える!

- ・一人ひとりの運動記録と運動実績を発行
- ・毎日のトレーニングに目的が持てる

3 個別の能力に合わせたメニュー作り

- ・科学的根拠に基づいたリハビリプログラム
- ・一人ひとりにあったトレーニングプログラム

ご挨拶

現在の『平和で豊かな日本』があるのは、諸先輩方のお陰だと考えております。そういった諸先輩方への“感謝”と“恩に報いたい”という気持ちから「リハトレ専科」を作る運びとなりました。
この「リハトレ専科」をご利用いただくことで、一人でも多くの方が明るく元気に、そして幸せで楽しい人生を送っていただけたらと考えております。私達は皆様が元気になっていく、その笑顔を励みに精進してまいります。
皆様への感謝の気持ちを常に持ち、真摯な心で『おもてなし』させていただき所存です。

スタッフ紹介



〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇



〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇

ご自宅⇔「リハトレ専科」間の送迎サービス

送迎範囲は「リハトレ専科西戸山公園」の半径1.5km圏内を基本としております。送迎の費用のご負担はございません。詳しくはお電話にてお問い合わせください。

一日の流れ

午前の部

8時30分	お迎え開始 (ご自宅までお迎え)
9時00分	到着後 ・健康チェック ・ご歓談タイム
9時30分	準備体操(イスに座って) 個別機能訓練 ・リハビリトレーニング ・個別プログラム (マシン利用) ・レクリエーション ・趣味活動 ・ティータイム
12時15分	お見送り・ご帰宅

午後の部

1時30分	お迎え開始 (ご自宅までお迎え)
2時00分	到着後 ・健康チェック ・ご歓談タイム
2時30分	準備体操(イスに座って) 個別機能訓練 ・リハビリトレーニング ・個別プログラム (マシン利用) ・レクリエーション ・趣味活動 ・ティータイム
5時15分	お見送り・ご帰宅

※午前の部、午後の部ともに入浴・食事サービスはございません。



東京都指定通所介護・介護予防通所介護事業所
介護保険事業所指定番号：0000000000

心・体・元気 笑顔生活!

リハトレ専科 西戸山公園

クオリティ・オブ・ライフ (QOL)
自分らしくいきいきと生活するために



〒169-0073

東京都新宿区百人町3-16-6 (厚生中央医院跡)

[対象者] 要支援1・2、要介護1～5程度の方

※ただし、上記認定度の方においても介助なしで立位保持が困難と判断させていただいた方は申し訳ございませんがお断りさせていただく場合もございますので予めご了承ください。詳細は生活相談員までご相談ください。

[営業時間] 9:00～18:00 [定休日] 土・日・祝

0120-428-390

※携帯電話・PHSからもご利用いただけます。

リハトレ専科 検索

http://aiaru-onze.co.jp/rihatoresenka_toyamakoen/

リハビリ デイサービス