



# ふくろう あきる野館のここが違う! 3大メリット! 元気カアップ!

## 半日型デイ

- 午前と午後の2部制
- 入浴・食事サービスはありません
- 機能訓練中心

## リハビリ特化型

- 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

## 目で見てわかる運動結果

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

### バランスを養う! ヒップアブダクション

転ばぬ先の中殿筋  
転ばない体を作りましょう  
ふらつき防止の転倒予防



若がる



日常動作が安定する!  
レッグエクステンション  
段差だって軽々超える筋力づくり  
バスの乗り降りも楽になる



明日も来るね



歩くのが  
楽しみ

### 足腰筋力アップ! レッグプレス

自分の体をしっかり支える筋力づくり  
杖を使わずに自分の足でしっかり歩ける筋肉づくり  
介助いらすの脚力づくり



楽しい



気持ち  
いいね



### 自らのライフスタイルを楽しみながら、筋力アップができる 運動機能支援プログラム CGT「リハトレーナー」

「リハトレーナー」は、東京都健康長寿医療センターが提唱する「包括的高齢者運動トレーニング理論」(Comprehensive Geriatric Training=CGT)に基づいた運動プログラムです。

## ご利用案内(定員14人)

### 対象者

- ◆ 要支援1・2の認定の方
- ◆ 要介護1~5の認定の方



※上記認定の方においても介助なしで立位保持が困難な方。  
認知症などで、当施設での対応困難と判断させて頂いた方は、お断りさせて頂く場合があります。  
予めご了承下さい。詳細は生活相談員までご相談下さい。

## 1日のスケジュール

午前		午後	
8時30分	お迎え開始(ご自宅までお迎え)	1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	2時00分	到着後 健康チェック ご歓談タイム
9時30分	① 準備体操(イスに座って) ② リハビリトレーニング: 個別プログラム(マシン利用) ③ レクリエーション・趣味活動 ④ ティータイム	3時30分	① 準備体操(イスに座って) ② リハビリトレーニング: 個別プログラム(マシン利用) ③ レクリエーション・趣味活動 ④ ティータイム
0時15分	お見送り・ご帰宅	5時15分	お見送り・ご帰宅

※入浴・食事サービスはございません。

## ご利用料金(利用者様のご負担金額です)

	要支援1 (単位)	要支援2 (単位)	要介護1 (単位)	要介護2 (単位)	要介護3 (単位)	要介護4 (単位)	要介護5 (単位)	
要支援の方	2,156円/月 (2,099)	4,319円/月 (4,205)						運動器機能向上 加算: 231円/月 が加算されます。
要介護の方	474円/回 (461)	544円/回 (529)	612円/回 (596)	681円/回 (663)	749円/回 (729)			個別機能訓練加 算II: 52円/回 が加算されます。

4月以降も随時無料体験実施中です。お気軽にお問い合わせ下さい。

### 【無料体験申込時の注意事項】

- 「無料体験特別招待券」をご利用の際は、必ず事前に電話またはインターネットにてご予約ください。
  - 「お一人様一回限り有効」とさせていただきます。
  - 本券を利用したサービスを受けるための交通費等の諸費用は、ご利用者様のご負担となります。
  - ご契約後は、車にてお迎え・お見送りとなります。
  - 定員になり次第、受付終了となります。
- 詳しくは、店舗までお問い合わせください。

### ● お問い合わせ

リハビリ型デイサービス **ふくろう あきる野館**  
東京都あきる野市秋留1-1-10 あきる野クリニックタウンC号  
TEL: 042-550-2107  
E-mail: akiruno@fukurou-kaigoyobou.jp  
● 営業時間 8時30分~17時30分  
(サービス提供時間 9時~12時15分、14時~17時15分)  
● 休業日: 土/日曜日、夏季休暇、年末年始