

シニアのための フィットネス・サロン

リハビリ・デイサービス
みやび



シニアの**元気**に貢献する
新しいカタチの**デイサービス**!!



リハビリ特化型
短時間(1回3時間15分)



- 要支援・要介護の方のための
- 介護予防・自立支援・健康増進

みやびへのアクセス

京阪バス公園前バス停1分、シャトレーゼ隣り
専用エレベーター設置、送迎車あり。

〒573-1112

大阪府枚方市楠葉美咲3-22-6 アール・ビー・ビル3階

TEL&FAX **072-857-7731**

<http://miyabi.world.coocan.jp/>

通所介護・介護予防通所介護 介護保険事業所
医療法人みぎはし医院 デイサービスみその 姉妹施設



平成25年 **1月7日(月)** **開業!**

見学・体験随時 気軽にご相談ください
月～金曜日の9:00～(午前の部)、および13:45～(午後の部)

裏面も
ご覧下さい

の「4つのとっておき！」

- ◆ 「リハビリ・デイサービスみやび」では、従来のデイサービスとは一線を画した独自のコンセプトで、利用者の皆様の心身機能の維持・向上を目指します。
- ◆ 1回のご利用時間は3時間15分、食事や入浴はありません。
- ◆ 定員10名に対して、十分な数の運動器具をご用意しています。

とっておき! その1 光りあふれるフィットネスサロン

- ガラスブロックの大きな窓、広々とした施設、心身ともにリラックスできる「フィットネス・サロン」です。
- 天井までの鏡張りの壁面でご自身の動きをチェックしながら、運動プログラムをお楽しみいただけます。



とっておき! その2 レッドコード・スリング

- 福祉の先進国ノルウェーで開発された、最新のリハビリ機器「レッドコード」を5台設置。
- 天井から吊り下げたロープを使い、重力を開放して安全で無理なく可動域を拡げたり、効果的にバランス運動・ストレッチ運動などを行うことができます。

とっておき! その3 「転倒予防・失禁予防」運動

- 科学的で豊富な実証データに基づいたCGT(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」)理論に準拠した運動プログラムで、特に転倒予防・失禁予防のための筋力の維持・向上を目指していただきます。
- また定期的な体力測定を実施し、その効果を数字で実感いただけます。



とっておき! その4 「セラミック足湯」

- 運動プログラムの合間には、お茶を楽しみながら「セラミック足湯」で疲れを癒し、おくつろぎください。
- お湯を使わないので清潔ですし、靴下を脱ぐ必要もありません。両足をくるぶしまで入れていただくと、遠赤外線による温熱効果で血流が促進され、ジワジワと温まります!