

3時間しっかり歩ける！

# リハビリ型 デイサービス

■ こんな方には絶対におススメです！



立ったり座ったりすることがつらくなってきた



家族以外の交流が少なく、外出の機会が減っている



マッサージを受けて体が楽になりたい



室内で安全に歩行訓練がしたい



マシンを使って、運動がしたい



無料体験実施中！！

ご担当のケアマネージャーさん又は下記にご連絡下さい

アシスト・ケア宝ヶ丘

〒489-0896

瀬戸市宝ヶ丘町97番地サンハイツ大樹

電話：0561-21-7860



# 歩けるデイサービス「アシスト・ケア」の特徴

1

## 「歩く」に特化した充実の施設

瀬戸市内で唯一の室内で25m歩くことが出来る  
デイサービス施設です。  
7つのマシンを使って、いつまでも歩ける身体づくりができます。



2

## プロのマッサージ付きでリラックスできる！

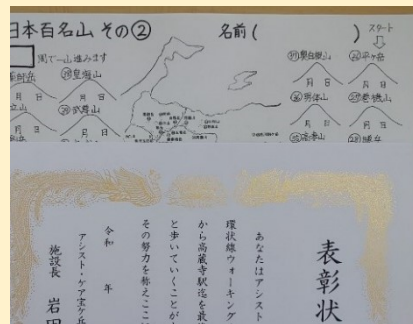
歩行訓練後は、国家資格を持った専門家が  
マッサージをしてくれるので身体がほぐれて  
リラックスしてご帰宅いただけます。



3

## 目標達成の方には表彰状を贈呈！

歩く習慣を身に付けていただくために、スタート時に  
目標を設定します。  
無事目標達成をされたら、当施設から素敵なプレゼントや表彰状を進呈します！



## 半日の主な流れ

スタート時に検温と血圧を測り、当日の体調に合わせたメニューを作成します。  
専門家が随時サポートしますので、安心してご利用ください。

1

体操  
(20分)

2

コーヒー  
タイム  
(20分)

3

歩行  
訓練  
(20分)

4

マッサージ  
メドマー  
(20分)

5

マシン  
運動  
(20分)

6

体操  
(20分)

## ご利用のQ&A

Q. 体力に自信がないけれど大丈夫？

A. その方に合わせた、運動量をトレーナーと相談しながら実施します。

Q. 料金はいくらですか？ A. 1回500円程度です。

Q. コロナが心配ですが...

A. 窓を開けての冷暖房、マスクの着用、利用前の自宅での検温、一時間毎の消毒を実施しております。