

# もっと元気！を真剣に考える皆様に お手軽で専門的な 介護予防フィットネスを

photo: elife Muromi

平成24年度 札幌市健康スポーツ産業推進事業に採択されている事業です

介護予防事業の三本柱は「運動器機能向上」「口腔器機能向上」「栄養改善」ですが、私たちは運動器のフィットネスだけではなく上記三本柱全般について皆様のお力になりたいと考えております。

- ★ **平成23年度 北海道チャレンジ企業表彰受賞**  
北海道初の介護予防専門の新しいサービスとして高橋知事に表彰されました。  
「デイサービスはちょっと」と敬遠される方も多数参加されています。
- ★ 平成24年7月4日 朝日新聞 朝刊「わが社のココがすごい！」掲載



## ご利用をおすすめしたい方

## 是非一度チェックしてください！

- 一般のスポーツジムにはなかなか通えない
- 外出するのがおっくうになった
- 歩行が不安定で、よく転倒する
- 腰やひざが痛いので長時間歩けない
- 自宅で運動するにはなかなか続かない
- 健康や食事について少し相談してみたい

お1つでも思い当たれば、まずは < TEL : 011-768-8101 > までお問い合わせ下さい。

### 早稲田イーライフ介護予防教室の特徴

原則として介護保険認定をお持ちでない方が対象です

- 1、週1～2回、短時間(90分程度)の利用時間で運動・口腔体操等も含む充実した内容です。
- 2、普通乗用車でご自宅まで送迎します。
- 3、ご利用料金は週1回で月謝6,000円(送迎込) 毎週水曜、金曜11:00～12:30の月4回です。また、3カ月コースでのお申込みとなります。
- 4、保健師、看護師、作業療法士、栄養士、社会福祉士、介護福祉士など専門スタッフで対応

### ご利用スケジュール



上記事業については早稲田イーライフ札幌・式番館で行います。また、イーライフの通常業務は介護保険を使った介護予防サービスで要支援、要介護の方が対象です。

※ 介護保険をお持ちの方もお気軽にお問い合わせください。

E-life

介護予防スタジオ

早稲田イーライフ札幌・式番館

お気軽に下記連絡先へお問い合わせ下さい。

〒065-0017 札幌市東区北17条東1丁目1-20

式番館

TEL 011-768-8101



※送迎は、当方でいたしますので、おまかせください。