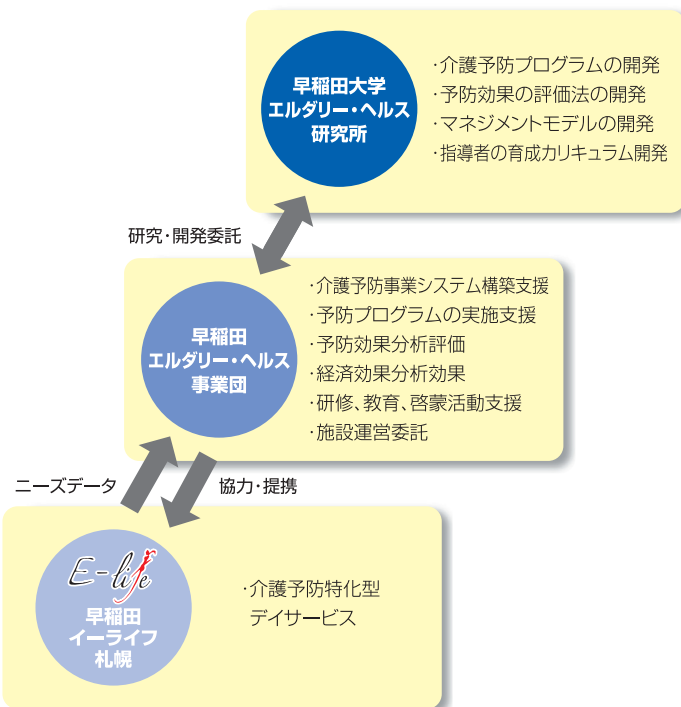


早稲田エルダリーヘルス事業団の 代理店です。



ご相談・ご見学を承っております。
お気軽に、ご連絡ください。



※送迎は、当方でいたしますので、おまかせください。



要支援のみなさまの
もっと元気／を支えます。



ご利用の手続き

下記の申込み書類をご提出ください。

1. 利用申込用紙
2. 介護保険被者保険証（コピー可）

※詳細は担当ケアマネージャー様にご依頼ください。
※なお、状況に応じてご相談させていただく場合もございます。



ご契約

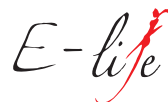
ご利用曜日・時間や送迎コースなどは、
ご本人様またはご家族様に
ご連絡させていただきます。



リハビリテーションのメニュー等を決めていきます。



ご利用開始



早稲田イーライフ札幌

北海道指定事業者番号 0170204093

〒065-0026 札幌市東区北26条東4丁目1-1

TEL 011-790-7986 FAX 011-790-7987

早稲田イーライフ札幌・武番館

北海道指定事業者番号 0170204846

〒065-0017 札幌市東区北17条東1丁目1-20

TEL 011-768-8101 FAX 011-768-8102

<http://www.kaigo-yobou.com>



介護予防スタジオ

検索

早稲田イーライフ札幌は、(株)ジュネリカが運営しています。



介護予防スタジオ
**早稲田イーライフ札幌
早稲田イーライフ札幌・武番館**

介護予防特化型 通所介護施設
The Care-prevention Studio Waseda E-life Sapporo

イーライフ札幌は、介護予防特化型のデイサービスです。

新しい「介護予防専門」のデイサービスです。

「今までより、もっと元気に!」
「いまの元気を維持したい!」
「元気なあの頃に、もどりたい」など
要支援のみなさまの声にお応えして
登場した、新しいデイサービスです。



お迎え

ご利用 (約2時間)

休憩をはさみながら、ご自分のペースで運動

健康チェック

● スリングセラピー

● 個別機能訓練

● マシントレーニング

● 有酸素運動

健康チェック

フリードリンク

運動のあとは ゆったり、どうぞ!



お送り

サービスの内容

- 週1～2回の継続的なご利用で、心身機能の維持・向上を目的とし、スリングセラピーやマシントレーニングほか充実した内容でお応えします。
- 休憩タイムは、フリードリンクで話に花が咲いたり、笑ったり——リラックスした雰囲気の中で、お1人おひとりの心身機能の向上に努めます。

ご利用できる方

- 要支援1～2の認定を受けた方など。

ご利用料金

- 介護保険の適用により、自己負担は1割です。

スリングセラピー



ショルダー スリング

- 肩関節の痛みを軽減
- 肩の機能を改善



バランス スリング

- バランス感覚の回復
- 血液循環を促進



レッグ スリング

- リラックス効果
- 股関節の機能改善

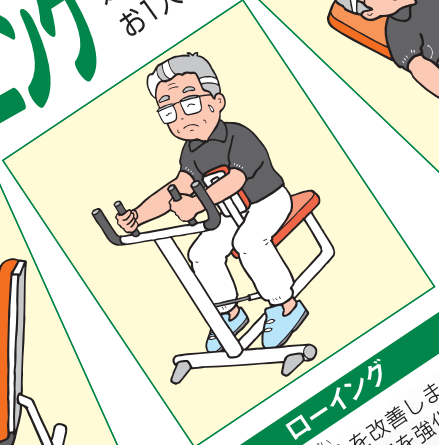
ルウエー製のスリング(つりロープ)の特性を活かし、ストレッチやバランストレーニングを行います。

マシントレーニング



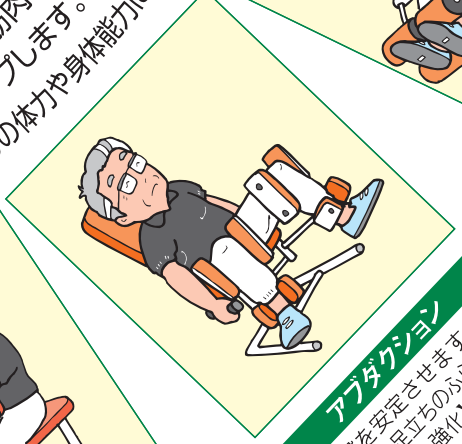
レッグ プレス

- 立つ、しゃがむ、座る、歩く。日常生活に必要な力をつける。
【下肢全体の筋肉の強化】



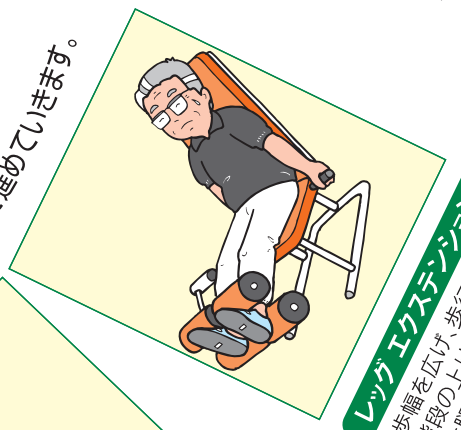
ローイング

- 猫背(円背)を改善します。
【広背筋・菱形筋を強化】



アブダクション

- 骨盤を安定させます。
- 歩行・片足立ちのふらつき改善。
【中殿筋の強化】



レッグ エクステンション

- 歩幅を広げ、歩行を安定。
- 階段の上り下りも楽に。
【大腿四頭筋の強化】

ふだん使わない筋肉・関節を使うことによって運動能力をアップします。
お1人おひとりの体力や身体能力にあわせて進めていきます。

「転倒予防」ができたり、「関節可動域」が広がったり、「肩」が上がったり、さまざまな成果が出ています。

※ 式番館では「平成24年度 札幌市健康サービス産業推進事業」として別途有料にて介護保険をお持ちでない方もご利用いただけます。
※ 式番館の土曜日午後は要介護の方向向けの3時間超のクラスとなります。

Photo: Waseda E-life Sapporo Nibankan