

## 営業時間

- ▶ 平日・祝日：9時20分～12時30分  
13時30分～16時40分
- ▶ 定休日：土曜・日曜 年末年始 12/30-1/3

## 料金表(介護保険)ご利用者負担金

(1割負担の場合)

介護度	単位数	ご利用者負担額
要支援1	1798	1,895円
要支援2	3621	3,817円

▶ご利用時間 3～4時間の場合《1日当たり》

介護度	単位数	ご利用者負担額
要介護1	416	439円
要介護2	476	502円
要介護3	538	567円
要介護4	598	631円
要介護5	661	697円



## アクセス

- ▶ 郡家本郷バス停より東へ徒歩5分
- ▶ 車での道順  
国道171号線、今城町の交差点を北へ入り清福寺の交差点を右折。芥川手前の信号の左側（旭オートさん向かい）  
(駐車場がありませんので、近隣のコインパーキングをご利用ください。)

いつでも見学やお試し利用を受け付けています。ご希望の方はご連絡ください。

〒569-1132  
高槻市清福寺町20番1号  
**運動特化型デイサービス**  
**アイケアライフリハビリエナジー**

### ●お問い合わせ

TEL: 072-691-0331  
FAX: 072-691-0321

# 私たちが お手伝いいたします!

運動を通じて身体を動かす大切さ、楽しさを知っていただくと共に日々の生活動作がより良く維持向上できるようサプリメント役として皆様へ働きかけていきたいと考えております。

## アイケアライフ リハビリエナジー

### 半日型リハビリ デイサービス

# サービスの特徴

アイケアライフ  
リハビリエナジー  
1日のスケジュール

午前 午後

▶ 9:20 お迎え・到着 13:30

▶ 9:30 健康チェック 13:40

▶ 9:40 準備体操 13:50

▶ 10:00 機能訓練 14:10  
マシントレーニング  
(間 10分休憩)

▶ 11:45 カフェタイム 15:55

▶ 11:50 健康チェック 16:10

▶ 12:00 タオル体操 16:35

▶ 12:25 帰り準備 16:40

↓ ↓

▶ 12:30 順次送迎開始 16:45

- ▶筋力測定ができる マシントレーニング！
- ▶下半身を鍛えられるスペースワンダーや自身の体重と重量を不可として無理をせずに関節の可動域を広げられるTRXを導入！
- ▶リズム体操・オリジナルストレッチで血流アップ

▶体幹の上下運動を伴う介護予防運動に効果があり、転倒予防にも繋がります。

▶短時間で全身を効率的に鍛えることができます

▶自重体操・リズム体操・ストレッチを日替わりで行います。



スペースワンダー

▶太股の筋力アップ。



TRX

▶お尻、太股の筋力アップ、足全体を鍛え、立位、歩行の安定。



体操

▶猫背防止、背筋力アップ。



レッグエクステンション



アブダクション



ローイング

その他有り