

効率的運動・マッサージで

睡眠の質も

向

上

UP!

実際に利用しているご利用者様の声

Nさん (70代・女性)

「家にいるよりずっといい」

90%

(※無料体験実地後のアンケート20名の結果に基づく)

の方が「満足」と回答・効果を実感

Nさん「足の運びが悪くなってきて（自宅内で）ヒヤットすることがあって…（運動とかは）まだ自分には必要ないかなと思っていましたが、家族や娘に心配かけたくないし、ずっと自分の足で歩きたいから体験後に通うことに決めました！定期的に（ここで）運動してるから夜も良く寝れるようになったし（孫ぐらいの）若い職員さんにしてもらってマッサーヂや足湯の効果で足がずいぶん楽になりました。実はここで新しい友人も出来て今は毎日が楽しいです♪

尾浜商店街に2022年12月1日オープンした「リハビリデイ 芦風荘 尾浜事業所」実際に利用された方へ感想を伺いました。

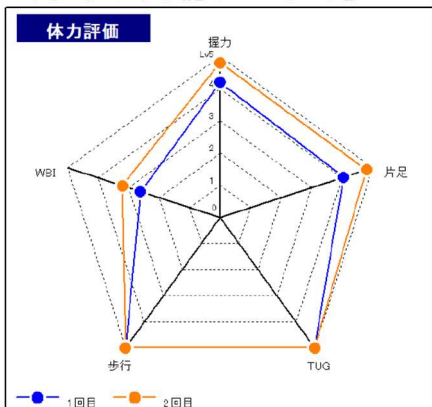
1ヶ月ご利用後のNさんの体力測定結果
月6回程のご利用で筋力面で大幅に向上が図れている。

Nさん「カラダが楽になった気がします、これからも続けていきます」

約30日後に行った【体力測定結果】

実施日	R4.12.3	R5.1.17
評価回数	1回目	2回目
握力 (kg)	右 15.7	16.9 (+1.2) ↑
	左 16.4	17.9 (+1.5) ↑
片足立ち (秒)	5.2[右]	9.7[右] (+4.5) ↑
Timed Up & Go (秒) ※機能的移動能力	10.0	9.9 (0.1UP) ↑
歩行速度 (秒)	4.1	3.8 (0.3UP) ↑
WBI ※下半身筋力	右 0.24/110N	0.29/130N ↑
	左 0.26/120N	0.32/150N ↑

※上記は個人の感想・個別結果であり、すべての人に効果を保証するものではありません。



驚きの効果

1ヶ月利用でも分かった

Tさん (仮名70代・女性)



「同年代の友達もできました」

リハビリデイ 芦風荘
尾浜事業所

尼崎市尾浜町2丁目20-17 (尾浜商店街) フラクタス尾浜1F

無料体験実施中

平成会HP



Google Map



※先着対応！まずはお電話を

TEL 06-4950-6482

(Mail) ohama-day@heiseikai.or.jp

進め

わたしたち

いつ始めたって遅くない!

無料体験

実施中

介護保険対応 要支援1から

「誰だって、いつまでも、自分の足で歩いていきたい」

私は年齢を言い訳にしない



看護師在籍



午前・午後
二部制



入浴設備あり



送迎あり



持ち帰り弁当
・栄養士監修
・お肉のみ提供(有料)



運動機能
回復・向上



「個別」
プランニング

サービス・設備
続々追加中



「結果の出る機能訓練プログラム」と「癒やしの空間」を是非体験してください。



こんな方に特にオススメ



筋力の増強

最新機器導入自分にあった負荷
でのトレーニングが可能!

歩行機能・姿勢の安定

歩行測定器で姿勢測定
看護師・機能訓練士・介護士がフルサポート

リフレッシュ目的

ウォーターベッド・入浴設備・足湯等
憩いの場としての機能も充実

ダイエット

運動習慣を続けることが第一歩
個別プログラムで無理のない運動リズムを提案



リハビリデイ 芦風荘 尾浜事業所

営業時間 8:30 ~ 17:30 (日曜定休)

「チラシを見た」でお電話スムーズ /

06-4950-6482