

まずは、
ご見学ください！

所要時間30分程度

①午前 10:30～ ②午後 13:00～ ③午後 14:30～

実際にプログラムをご覧いただけます。
ご家族も一緒にどうぞ！ご自宅までの送迎もご相談ください。



見学に来られた方の声



デイサービスというより『リハビリをする場所』という印象を受けました。男性の利用者も多かったです。



スタッフの方や中の雰囲気が見えました。皆さんが楽しそうに運動されているのを見て、私も思わず体を動かしていました。

お問合せ・見学のお申込み

電話受付：月～金／8：30～17：30

TEL: 0957-61-0799

〒859-1215 長崎県雲仙市瑞穂町古部甲1819



リハビリテーションしとらす



Instagram



ホームページ



公式LINE



® 株式会社WelCrop



お気軽に
見学可能

足腰の改善を目指す

短時間リハビリデイサービス

体力に自信がなくても

無理なく

かんたんに

できる

こんな **お悩み** ありませんか？

- ✓ いろいろやっているのに足腰が衰えてきている
- ✓ 退院した後リハビリする機会がなくなってしまった
- ✓ 膝の痛みをやわらげて、長持ちさせたい
- ✓ 気持ちを前向きに持って生活したい



SERVICE

しとらすなら!!

01



介護保険制度で
1～3割負担で
ご利用いただけます。

請求例(月額)

要介護1、1割負担
プロテイン飲料込み

週1回 4,200円

週2回 6,895円

週3回 9,940円

02



送迎あり

(瑞穂町、国見町、吾妻町、愛野町)

03



リハビリのみ実施

レクやおしゃべりが苦手な方でも
リハビリに集中いただけます。

04



週2～3回の利用で

1週間分の運動ができます。

※厚生労働省 健康づくりのための身体活動・
運動ガイド2023「高齢者版」を基準として

05



短時間利用OK!

短すぎず、長すぎない充実の3時間!

※午前(9:10～12:15)、午後(13:15～16:20)

06



別のデイに通っていても、
併せてご利用できます。

※ケアプランに基づいたご利用となります。



わたしたちがサポートします



理学療法士

高齢者に対する運動療法を専門としています。正確な評価から、一人ひとりに合った運動の内容や強さを提案します。利用者さんがリハビリに取り組む姿、改善していく姿にやりがいを感じます!



看護師

リハビリを安全に行うために、体調管理や病気の管理を担当しています。『リハビリする看護師』として運動指導も担当します。トレーニングが好きなので、運動の事も気軽に相談してくださいね!



介護福祉士・健康運動指導士

理学療法士が組んだプログラムの意図をくんで『楽しさ』を加えるアレンジをやっていきます。飽きさせません(笑)! また、ケアマネージャーの経験から生活面や心理面のサポートもさせて頂いています。

PROGRAM

しとらすのプログラムは

専門的な運動リハビリが充実

体力に自信がなくても大丈夫

整える



ほぐす



鍛える



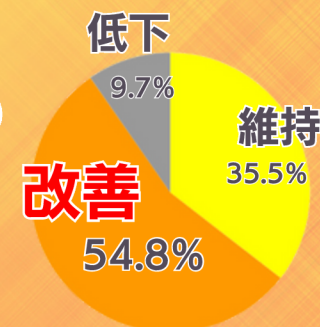
Before & After

①足腰の力

通うほどに効果を実感

約9割が**維持・改善**

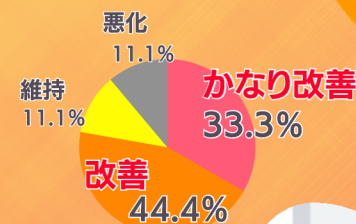
※ご利用開始時と、3か月目に足腰の強さ(等尺性膝伸展筋力)を測定。
10%以上の変化で改善、維持、低下を判断。



②膝の関節痛

77.7%が改善

※ご利用3か月以上の、膝関節痛をお持ちの方へアンケート調査を実施。



VOICE

利用者様のお声

図書館まで歩けるようになりました!

ふらつきがあり家の中からほとんど出ない生活でした。しとらすの利用を始めて、外を歩くようになり、徐々に距離が伸びました。要支援2から要支援1になって介護度が軽くなりました。

買い物に行けるようになりました!

骨折で入院してしまいましたが、退院してからもしとらすでリハビリを続けることができました。筋力も上がって買い物やお墓参りに行けるようになりました。

