

一日のスケジュール

午前の部 9:15~12:30	● 9:15 (13:30)
午後の部 13:30~16:45	● 12:30 (16:45)

- 健康チェック
- 準備体操
- マシントレーニング
- 休憩(ティータイム)
- グループエクササイズ
- 整理体操

ご利用までの流れ

見学・体験

契約

ご利用開始

※ご利用には、要介護認定を受けている必要があります。
要介護認定をご希望の方は、あきグループでお取次できます。

- ご利用者様ごとにご希望や健康状態を丁寧に聞き取りを行い、プログラム(計画書)を作ります。
- その後、定期的に聞き取りを行いプログラム(計画書)の変更を行います。

あきグループ施設
~あなたに幸せと笑顔と満足を~



あきグループHP

居宅介護支援

ケアプランセンターあき

訪問介護

ヘルパーステーションあき /
ヘルパーステーションあき春日

訪問看護 / 訪問リハビリ

リハビリあき訪問看護ステーション

訪問はり、きゅう、あんまマッサージ

訪問鍼灸マッサージあき

リハビリランドあき (通所介護・通所介護予防)

〒567-0009

大阪府茨木市山手台7丁目2-30

TEL : 072-649-1135

FAX : 072-649-1136

事業所番号 : 2774203075

営業時間 : 8:30-17:30 営業日 : 月~金(祝日も含む)



リハビリランドHP



いつまでも元気でいたいあなたに!
運動だけ! 短時間のデイサービス

リハビリランドあき

体力や筋力、持久力の維持向上を目的とした運動を行う
短時間型(3時間程度)のデイサービスです



リハビリランドあきの特徴

マシントレーニングやグループエクササイズなどの運動プログラムや、脳トレやえんげ体操など日常生活に役立つプログラムをご用意しています。

ご利用者様のご希望やカラダの状態などについて、聴き取りを行い、最適なプログラムをご提案します。国家資格を持ったリハビリ専門スタッフが常駐しているので、専門的なアドバイスを受けることができます。



**介護が必要な方も
有資格者が在籍している
ので、安心してご利用
いただけます。**

休憩のときには
ドリンクバーで
飲み物が楽しめます。
(一部有料)



運動専門なので、
ご利用者の皆様は元気で
前向きな方が多く、
明るい雰囲気です。

入浴・食事提供のサービスはありません。
自宅⇄施設の送迎サービスを行っています。

**スタッフも利用者とともに楽しみ、
元気で過ごせるようにサポートをしています。**

設備紹介

トレーニングマシン



▶ チェストプレス
背中まわりの強化
猫背の防止



◀ インナー-アウター
足の内側外側の強化
ふらつき防止



▶ レッグエクステンション
膝まわりの強化
歩幅のアップ



◀ アブバック
腹筋背筋の強化

高齢者向けのトレーニングマシンです。
様々な体の部位を鍛えることができます。

リカンベントバイク



持久力向上のためのフィットネスバイクです
背もたれ付きで安心!

プレミアムジム



音楽にのせて、
筋力、柔軟性など
バランスよく
トレーニングできます。

その他運動



その他、個々の体力や筋力にあわせて
トレーニングできる器具があります。

お客様の声



休むことなく通って、運動しています。
歩くことに自信がもて、
外出できるようになりました。



みんなでやるから頑張れる。
同じ曜日・時間で利用するので
顔見知りもできた。
楽しく運動しています。