

# 「るーすと」は こんな方にオススメ！

骨折など退院後の  
リハビリをしたい

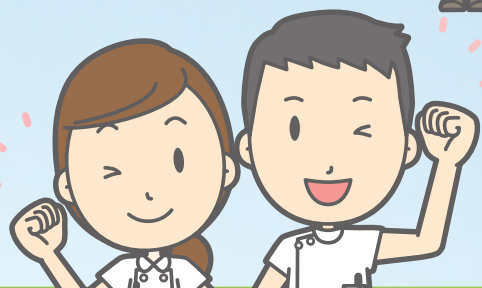
ちょっとした  
段差でつまづく

趣味を諦めたくない  
楽しく運動がしたい

調理などの家事が  
大変になった

外出が  
億劫だし心配

疾患や後遺症の  
症状の改善をしたい  
全身の筋力を強化したい



## 「るーすと」が応援します！

利用者さまの**安全**を保ち無理のない運動を  
継続する事で「毎日」がより快適であるように  
筋力向上を目指します。

機能訓練指導員が「**個別性**」を大切に、「**悩み**」や  
「**痛み**」を解決するための「**身体状況**」に合わせた  
運動メニューを作成します。

「**看護師**」が健康管理のアドバイスをを行い日々の  
健康状態の**改善**を図ります。

「**生活相談員**」が日常生活のご相談をお受けします。

「**介護職**」や「**トレーナー**」のスタッフ全員で  
「**ココロ**」も大切に、  
楽しく効果的に機能向上をサポートします。

## 機能訓練特化型デイサービス

### るーすと八幡宿

事業所番号:1272402536



〒290-0064 千葉県市原市東五所6-8 第十南場ハイツ1階

営業時間 午前 9:00~12:15 / 午後 13:30~16:45

定休日 土曜・日曜(祝日は営業)

ご利用時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:15	●	●	●	●	●		
13:30~16:45	●	●	●	●	●		

TEL:0436-67-0197

FAX:0436-67-0198

✉ roost-yawatajuku@t-neverland.co.jp



<https://tnl-roost.com>

# 機能訓練特化型 デイサービス るーすと



# 取り戻そう、元気な心と体

「るーすと」はこんなところ

るーすとでは、柔道整復師が身体の痛みなどの悩みを解決するため、1人1人にあったトレーニングプランを立案。運動のプロである経験豊かなインストラクターが、様々な筋力トレーニングマシンによる運動の指導を行いご自身の力で痛みを解決するトレーニングのお手伝いをします。

私たちと一緒に痛みから開放された日々を取り戻しましょう。

「安全」「安心」で「すぐに効果を実感」出来る、種類豊富な運動設備が揃い、専門職スタッフがご利用者さまのADL(日常生活動作)やIADL(手段的日常生活動作)を改善し、QOL(生活の質)の向上を目的とするデイサービスです。



## るーすと八幡宿の特徴！

八幡宿店では機能訓練に力を入れており「マシントレーニング」「機能的体操」「有酸素トレーニング」の3本柱でADL(日常生活動作)を改善させます。

リハビリ運動に特化しておりますので、リハビリ不足で悩んでいる方は是非ご相談ください。

## 主な設備&導入機器



食堂兼機能訓練室・相談室・静養室(各1室)  
トレーニングマシン・平行棒・エアロバイク  
トレッドミル・ホットパック・ストレッチボード他各種器具

### 午前の部のご利用の流れ

- 9:00 送迎・ご来店  
到着後にお茶でひと息
- 9:15 バイタルチェック・準備体操  
その後各種運動に入ります
- 9:35 機能訓練(グループ・個別運動)  
お体の状態に合わせて無理なく
- 11:40 バイタルチェック・整理体操  
一息してから再度体調を整えます
- 12:00~ 送迎・ご帰宅

運動をしてスッキリ爽快に  
心もカラダも軽くなります

### 午後の部のご利用の流れ

- 13:30 送迎・ご来店  
到着後にお茶でひと息
- 13:45 バイタルチェック・準備体操  
その後各種運動に入ります
- 14:05 機能訓練(グループ・個別運動)  
お体の状態に合わせて無理なく
- 16:10 バイタルチェック・整理体操  
一息してから再度体調を整えます
- 16:30~ 送迎・ご帰宅

運動をしてスッキリ爽快に  
心もカラダも軽くなります