

## ① アルモの半日のスケジュール

送迎	到着	バイタル測定 準備体操	9:30	3グループ コード・手すり・バイク・マシン	11:15	歩行練習	11:45	カフェタイム	12:10	送迎
13:30	14:00	15:45	16:15	16:40						
送迎～到着	バイタル	グループ運動	歩行	～送迎						

ご自宅までお迎えに  
あがります。数名で  
車に乗り込みアルモ  
に向かいます。

看護師や療法士が血圧等を  
測定し、数日間の様子や  
その日の体調をしっかりと  
アピングします。

3グループ（5～6名）に分かれて  
のトレーニング。適宜休憩を挟み  
ながら座って何もしないといった  
時間が長いのがアルモの特徴。

理学療法士が中心となりマンツ  
ーマンでの歩く練習を実施。  
自宅生活での課題に沿った  
歩行メニューで姿勢や歩き方を  
みっちり指導。

運動後は少しうっかりしてもらい、その後ご自宅までお送りいたします。

コード運動にて全身の柔軟性や姿勢を良くするための体幹機能を鍛えます！

自重を利用して下肢筋筋力強化や可動範囲改善、立ち座り等のバランス訓練を実施します。

持久力を高める有酸素運動にて心肺機能向上を図っています。

筋力バランス維持／歩行能力向上／立位平衡／ADL維持等の機能訓練を実施します。

## ご利用料金

### 月額払い

要支援1	…	<b>2,148</b> 円
要支援2	…	<b>4,278</b> 円

※週1回の利用

※週2回の利用

### 1回あたり

要介護1	…	<b>556</b> 円
要介護2	…	<b>618</b> 円
要介護3	…	<b>683</b> 円
要介護4	…	<b>746</b> 円
要介護5	…	<b>811</b> 円

※月4回利用の平均額で算出のため、目安の金額となります。

## 【定員】

**25** 名

## 【営業日】

月～金（祝日含む）

## 【営業時間】

AM : 9:00～12:10  
PM : 13:30～16:40

# リハスタジオアルモ都島

事業所：2775203140【通常規模】

〒534-0027 大阪市都島区中野町4丁目6番13  
プレステージ桜の宮1F

TEL: **06-6867-7927**

FAX: 06-6867-7928

あなたの大切な  
『したい・やりたい』  
を諦めない！



**Almo**  
REHA STUDIO



他のデイサービスとは一味違った  
『歩くに特化』したアルモのかたち！

# 超

リハビリ特化型  
デイサービスの

# 5

つの  
特徴

Almo  
Reha Studio



コード  
メニュー



## 2運動 メニュー

理学療法士が中心になって皆様に合わせた運動メニューを立案！

デイ利用中座って何もしないや折り紙、ゆっくりお話しする時間ではなく、2時間近くみっちり運動するのがアルモの特徴。フィットネスジムに近いかたちで『歩く機能』に必要な運動プログラムを、それぞれの身体状況に合わせてオーダーメイドで実施させて頂きます。

## 3専門職 を配置

常勤で『理学療法士』を3名以上配置し、運動指導に特化した介護スタッフや看護師など他の施設よりリハビリの専門性が高いメンバーが力を合わせて身体機能の改善に取り組みます！

他の介護施設に比べると若いスタッフが多いのもアルモの特徴です！



## 1歩く に特化

危ないから歩かないではなく、危ないからこそ歩く練習をたくさんする。『できない』を『できた』に変えるための歩き方や姿勢、歩くのに必要な評価運動方法を理学療法士が徹底的にサポート致します。



ただ歩くだけにこだわらず、いろんな場面での歩くを想定し、また歩き動作や狭い場所、後ろ歩きなど様々な歩行能力のアップを目指します。



アルモでは積極的に車椅子や杖、装具などを外すことを目指しています！

アルモが目指すのは歩けるようになったその先！そのため自立支援にも力をいれ、『旅行支援』や『カフェ事業』などを通じて外出機会を作っています！

## 5自立 支援



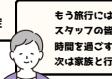
2025年にアルモでも訪問看護ステーションを開設予定で、より連携強化していきます。

デイサービス以外での運動効果向上を目的に、訪問看護ステーション等外部施設との連携強化を積極的に図ります。

## 4連携 強化



ご利用様のしたい・やりたいを諦めず、一緒に目標達成を目指していきます。



もう旅行にはいけないとあってたけどスタッフの面倒見サポートもあり楽しい時間を過ごすことができました。次は家族と行くのが目標です。



また自分が昔のように厨房にたって料理を人様に出すとは思っていなかった！とても貴重な経験させてもらいました。



80代 男性 下肢手術術後



空き状況  
更新中