

あなたの“最高”を、もう一度。

身体機能向上特化型デイサービス

身体機能向上特化型デイサービス

Re:BEST

「もう一度、
最高の自分を
取り戻してほしい」

Re:BESTに込めた想い

「もう一度、最高の自分を取り戻してほしい」という願いを込めて。
目指しているのは、ただ身体を鍛えることではありません。

「また好きなことができるようになる」「自分らしい生活続ける」
その想いを、私たちが全力でサポートします。



こんなお悩み、ありませんか？



退院後、体力や筋力が
戻らず不安



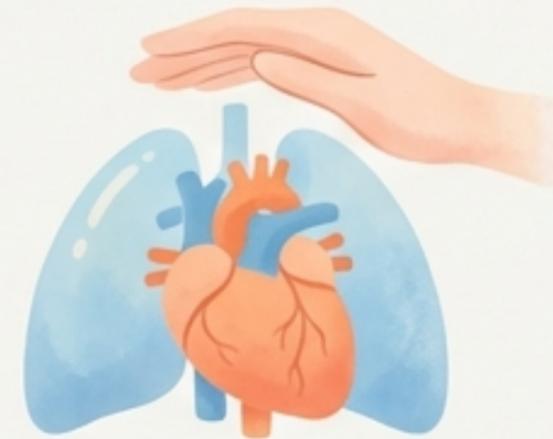
少し歩くと疲れたり、
息切れがする



ふらつき、つまずきが心配で
外出が減った



趣味や旅行を、
もう一度楽しみたい



呼吸や心臓に不安があり、
運動をためらっている

“運動の専門家”が、 あなたを支えます

Re:BESTには、理学療法士・作業療法士・看護師が常駐しています。一人ひとりの身体の状態を専門的な視点で評価し、安全で効果的な、あなただけのプログラムを提案します。

「なんとなく」の運動ではなく、「目的のある」運動で、着実な一歩を。



「通う」から「通いたい」へ。ジムのような空間

「デイサービスは少し気が引ける…」そんなイメージを変える、明るく清潔感のある空間です。「ここなら楽しく続けられそう！」と多くの方に感じていただいています。



楽しく、でも着実に。Re:BESTの運動プログラム

3つの柱で、あなたの身体機能向上を無理なくサポートします。



コードトレーニング

吊り下げ式のベルトを使って、柔軟性とバランスを向上します。



バイクトレーニング

専門職が適切な運動負荷量を設定し、全身の体力・持久力をアップします。

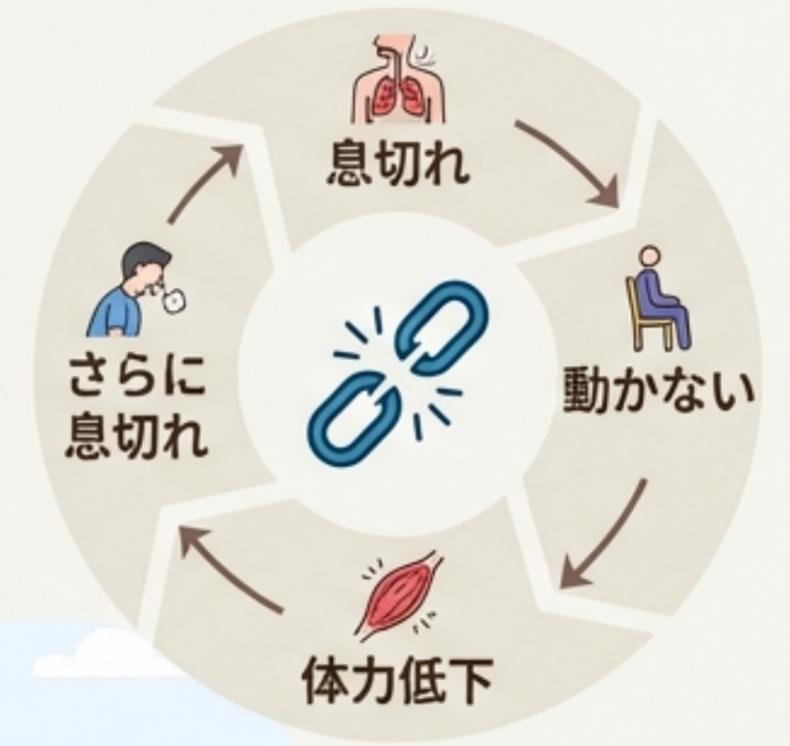


身体機能向上トレーニング

歩行や生活に必要な応用動作を練習し、身体機能の向上を目指します。

呼吸器・心臓に不安がある方へ、専門リハビリを

専門職の管理のもと、「息切れしにくい身体」と「安全に動かせる自信」を取り戻すためのリハビリを行います。動かないことによる体力低下の悪循環を断ち切り、活動的な毎日を目指しましょう。



Re:BESTでの一日の流れ

送迎から運動、クールダウンまで。3~4時間の短時間集中プログラムです。

8:30 / 12:45
お迎え



9:00 / 13:15
Re:BEST到着



9:30 / 13:45
バイタル測定・準備運動



12:15 / 16:30
自宅へ送迎



グループに分かれて運動開始



コード
トレーニング



バイク
トレーニング



身体機能向上
トレーニング

自分タイム・
バイタル測定



「できることが増えました！」利用者様の声



**「以前は外出するのもしんどかったが、
今は旅行も楽しんで行けるようになった。」**

Noto Sans JP Regular 80代女性



**「今まで28分かかっていた道のりが20分で
行けるようになった。自分でもびっくりです。」**

Noto Sans JP Regular 70代男性



**「つまづくことも少なくなったので、
歩いたり、生活するのも自信ができました。」**

Noto Sans JP Regular 60代女性

私たちが目指すのは、あなたの「したい」が叶う毎日

- *もう一度、買い物に行きたい
- *また、孫と出かけたたい
- *今度こそ旅行に行きたい





こんな方をお待ちしています

- ✓ 退院後に専門的なりハビリを続けたい方
- ✓ ふらつきやつまづきが心配で、安心して外出したい方
- ✓ 体力が落ち、疲れやすさを感じている方
- ✓ 心臓や呼吸器の疾患があり、安全な運動の場を探している方
- ✓ 趣味や外出をもう一度楽しみたい方

ご利用案内



形式

半日型（午前・午後）／食事・入浴なし



定員

各回15名



送迎

あり（北区、東区が中心）



料金

介護保険適用 約480円~/回（自己負担1割の場合）

まずは、**お気軽に** 見学・無料体験へ

Re:BESTの雰囲気やプログラムを、ぜひ一度ご自身の目で確かめてみてください。専門スタッフが丁寧にご案内します。無理な勧誘は一切ありませんので、安心してお越しください。



お問い合わせ

身体機能向上特化型デイサービス Re:BEST（リベスト）白鷺



電話番号: 072-349-8861

住所: 大阪府堺市北区金岡町1820-白鷺スカイハイツ101

営業時間: 9:00-17:15 (月~金)



ホームページ



身体機能向上特化型サービス

Re:BEST

ご清覧ありがとうございました