

🕒 アルモの半日のスケジュール

9:00	9:30	11:15	11:45	12:10
送迎	バイタル測定 準備体操	3グループ コード⇄手すり⇄バイク・マシン	歩行練習	カフェタイム
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 ヒアリングします。	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 時間がな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。 自宅内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。	運動後は少しゆっく 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！



自由な姿勢で体の筋力強化やバランス調整、立ち回りの練習を行います。



持久力を高める有酸素運動にて心肺機能の向上を図っています。



膝や腰が痛む方にも安心してご利用いただけるよう、個別調整のサイクルトレーニングを行います。

ご利用料金

※1割負担での計算となります。

月額払い	要支援1	●●●	2,148	円
	※週1回の利用			
	要支援2	●●●	4,278	円
	※週2回の利用			

1回あたり	要介護1	●●●	556	円
	要介護2	●●●	618	円
	要介護3	●●●	683	円
	要介護4	●●●	746	円
	要介護5	●●●	811	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。

取得加算

【左記料金表の中に含まれる加算一覧】

- 要支援 ●●● 科学的介護推進体制加算
- 要介護 ●●● 個別機能訓練加算Ⅰ（2）
個別機能訓練加算Ⅱ
口腔機能向上加算Ⅱ
ADL維持等加算Ⅱ
科学的介護推進体制加算
- 共通 ●●● 介護職員等处遇改善加算Ⅱ



TEL: 06-6867-7927

FAX: 06-6867-7928

『あなたの
やりたい・やらない
を諦めない！』

『自立支援』のかたち
デイサービスアルモの

機能改善を本気で
目指す

Almo
REHA STUDIO



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

超

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！

リハビリ特化型
デイサービスの

Almo
Reha Studio



5

つの
特徴



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、またぎ動作や狭い場所、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標にしています！

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、ゆっくりお話する時間はなく、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いただきます。



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も多いのもアルモの特徴です！



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



80代 女性
背骨狭窄症

もう旅行にはいけないと思ってたけどスタッフの積極的な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。



ご利用者様のしたい・やりたいを諦めず、一緒に目標達成を目指していきます。



80代 男性
下肢手術後

また自分が昔のように厨房にたつて料理を人様に出すとは思っていませんでした。とても貴重な経験をさせてもらいました。

staff



急性期病院から地域にわたるサウナ大好き理学療法士。理学療法士としての専門性を活かした動作分析や重度な方の歩行練習が得意です。

理学療法士：村上 亮



ジムトレーナー経験者の理学療法士。集団運動や筋トレ方法を誰よりも分かりやすく説明し、皆様にオーダーメイドの運動指導が得意です！

理学療法士：長野 佳貴



群馬からきた理学療法士。皆様が安心して運動を継続ができるような様々な取り組みなどを提案しています。

理学療法士：狩野 愛梨



笑顔が素敵な経験豊富な理学療法士。リハビリ病院時代から身体機能に合わせた動作補助や運動の提案が得意で、皆様の機能改善を目指しています！

理学療法士：鈴木 ころこ



経験豊富な介護福祉士。『やるき・げんき・くぼき』を合言葉に、皆様が安心して運動できるような、全力でサポートしていきます！

介護スタッフ：久保 啓太



柔道整復師やトレーナー経験のある相談員！一人ひとりのお悩みに寄り添うコミュニケーションを心がけ、様々な悩みにもお答えします。

生活相談員：川口 祥平

空き状況も
随時更新中



5

つの時間で

歩く

機能の回復を目指す！

空き状況も
随時更新中



アルモの特徴

理学・作業療法士を多数配置

超りハビリ特化と謳うだけあって、機能訓練指導員に療法士を多数配置。5つの時間で運動プログラムを作り、個々の利用者様のニーズにあった運動を提供することで、他のデイサービスとは違った差別化を実現します！



身体機能のみえる化

歩行分析や心肺機能測定器などの最新デバイスをを用いて体の状態を把握！それを基に専門職がオーダーメイドの運動プログラムを立案していきます。それにより『したい・やりたい』を実現するための最短ルートを見つけ出せるのが、アルモの最大の強みです。



1.CODE TIME

コードタイム

コードを用いることで転倒に注意しながら大きな運動範囲の獲得が可能。座位でのストレッチやマットを使った床からの立ち座り、立位でのバランス練習などで歩くために必要な機能の練習をしっかりと実施していきます。



2.HANDRAIL TIME

手すりタイム

手すりを用いての自分の体重を使ったトレーニング（ステップ練習やバランス練習）で足の全体の筋トレや柔軟性改善を図っていきます。



3.BIKE TIME

バイクタイム

自転車運動による連続的な足を使った全身運動で、筋力や持久力を高めることが可能！背もたれつきで疲労度に合わせてゆっくり漕いだり、重さを調整することで、個々の身体能力に合わせた運動負荷調節が可能。



4.GAIT TIME

歩行タイム

屋内・外で生じるさまざまな移動場面を想定し、複雑な歩行練習を実施。またぎや方向転換などの転倒が生じやすい場面での注意点や歩く際の気をつけるべきポイントを療法士がマンツーマンで介助し、入ることで直接指導致します。



5.ALMO TIME

アルモタイム

アルモタイムではその日の状態に合わせてマシントレーニングをするか、趣味活動（創作活動）やカフェ時間にあてがるかの選択制をとってまいります。



アルモが実践する 自立支援のかたち！

管理者・理学療法士
中上 博之
(ながかみひろゆき)



デイサービスに来る目的はなにも運動だけではありません。歩けるようになったその先の「したい・やりたい」を叶えるための初めの一步として、旅行支援（スタッフ帯同）などを実施しています。その他にも趣味のゴルフや友達との食事会など、やりたいことの目標に向けた運動介入を行い、その実現に向けた自立支援を全力で行なっていくことを日々実践しています。それぞれの方の目標に対して伴走できる、身体機能改善に本気で取り組む理想のデイサービス作りを目指していきます。

