



一般会員に交えて、総合事業に向けた健康フィットネスクラブ「ウォークラン」の役割

現在、総合事業への移行が注目されていますが弊社では、総合事業を見据えたモデルケースとして「健康フィットネスクラブ ウォークラン」を開設しました。ウォークランでは試験的に、90分間の運動サービス提供しています。

LIFE STYLE

02

PICKUP!



総合事業の内容

料金

【1日のスケジュール 90分間】 要支援者

- ① バイタルチェック
 - ② フィットネス10分間
 - ③ 休憩5分間
 - ④ 理学療法士による施術10分間(希望者)
- ※5セット

毎週1回ご利用した場合
1ヶ月あたり
目安 ¥8,000~

・ご利用回数
・施術回数
により料金が変動致します。
詳しくはお問合せ下さい

ウォークランでも生活相談員と理学療法士が在籍している為ホコルと同様の医学的アドバイスやケアマネジャーとの連携が可能となります。またホコルとの違いは、トレーニング機器やフィットネス内容をグレードアップさせる事により差別化を行なっております。

現在は介護保険とは別のサービス事業としています。「週1回になって不安だったが、ウォークランと併用する事で週2回の運動を維持できるようになり、安心した」・「デイサービスよりハードなメニューが豊富にあり、楽しい」といった声を頂いています。

今後、総合事業として整備して参ります。



新作フレンチトースト登場!!



LIFE STYLE

01

PICKUP!

ホコル健軍の1F「Cafe'ru」ー暖かな空間と個性派トーストがあなたの心とお腹を満たします。自分らしいスタイルでお過ごしください。また今月はフレンチトーストメニューをリニューアルしました。お立ち寄りの際は是非ご賞味下さい。



■ラシクアーレ琴平
〒860-0813
熊本市中央区琴平2-6-44.3F
TEL:096-288-2778
FAX:096-288-2343

■サテライト
〒862-0911
熊本市東区健軍1-37-6.2F
TEL:096-288-4271
FAX:本部・サテライト共通



■E未来
〒862-0911
熊本市東区健軍1-37-6.2F
TEL:096-374-8778
FAX:096-374-8774

居宅介護
支援事業所



■ホコル健軍
〒862-0911
熊本市東区健軍1-37-6.1F
TEL:096-234-6650
FAX:096-234-6651

■ホコル琴平
〒860-0813
熊本市中央区琴平2-6-44.1F
TEL:096-223-6634
FAX:096-288-2343

■ホコル福岡
〒816-0935
福岡県大野城市錦町4-3-8
TEL:092-586-6636
FAX:092-586-6637



■ウォークラン
〒862-0911
熊本市東区健軍1-37-6.2F
TEL:096-234-8088
FAX:096-234-6651



La Chic Alé x Hokofu magazine 16



La Chic Alé x Hokofu
**我々の考える
地域ケアの取り組み**
グループ事業所での連携

La Chic Alé
ラシクアーレ
ラシクアーレは、リハビリの国家資格をもつセラピスト・看護士が在籍する「訪問リハビリ」に特化した訪問看護ステーションです。

hokofu
fitness & rehabilitation
ホコルは一人一人に合ったパーソナルトレーニングが受けられるフィットネス+リハビリ特化型デイサービスです。

Health fitness club walkrun Kumamoto
ウォークランは総合事業を視野に入れたフィットネスクラブです。健康運動専門のトレーナーが指導いたします。

E未来
E未来は、居宅介護支援事業所E未来に専門セラピストが在籍しており、リハビリの視点から、ご相談やサービス内容の提案をさせていただきます。

あなたラシク、ホコレル自分を目指して。

我々の考える地域アプローチ

グループ事業所での連携

専門的観点の共有

E未来
ライフスタイル・マネジメント

声 必死に自分達の手で生活（介護）してきたが、介護保険サービスを利用し、出来ないことが出来るようになり非常に助けになった。

E未来が担う、地域アプローチ
介護保険の枠組みの中で生活するだけでなく、地域支援やまちづくりの構築を図り、社会との架け橋になる事で利用者・家族が役割や目標をもって生活が出来るよう自立支援への取り組みをおこなってまいります。

ご利用者への姿勢・介入
ご利用者様の「やりたいこと」を目標に「出来ること」を増やし、自立をサポートしていきます。役割をもって充実した生活が出来るよう、サービス調整や各関係事業所との連携を密に図っていきます。

介護保険

・居宅介護支援事業所
・地域包括支援センター
・行政



おうちでリハビリ ラシックアーレ
La Chic Aie!

ご利用者への姿勢・介入
ご利用者・ご家族のニーズを中心にサービス計画を構築します。「できない」「厳しい」など私達専門家が一言で限界を決めるのではなく、そのニーズをどうすれば達成できるか、近づけることができるのかという前向きな姿勢で、ご利用者のみならずご家族へのサポートも実施しています。また、看護のみ、リハビリのみのサービスを利用されている方に対して、その方の身体状況に応じ、看護師・セラピストが同行訪問します。その際にそれぞれの専門性を活かし、状況に適した看護・リハビリプログラムのご提案をさせていただきます。

- 看護師**
体調管理、状況観察等の医学的管理はもちろん、心身の細かな変化を察知するために、マッサージ、リンパドレナージュ、和漢アロマを用いたアプローチを行います。また、ご家族への看護相談や助言もさせて頂くことにより、心・身体・環境のトータルコーディネートをおこないます。
- 理学療法士**
ご利用者・ご家族のニーズを達成するために必要となる「動作」や「環境設定」を専門とし、それぞれの身体機能、環境に応じたリハビリプログラムを立案し提供します。また、ポータブルベッドやバランスボール等の様々なアイテムを持参することにより、ご自宅でも十分なリハビリ環境が整います。

【提案】

- ・職場復帰を目指したい
- ・家族との旅行に行きたい
- ・自分で好きなものを買いたい
- ・好きなものを食べたい

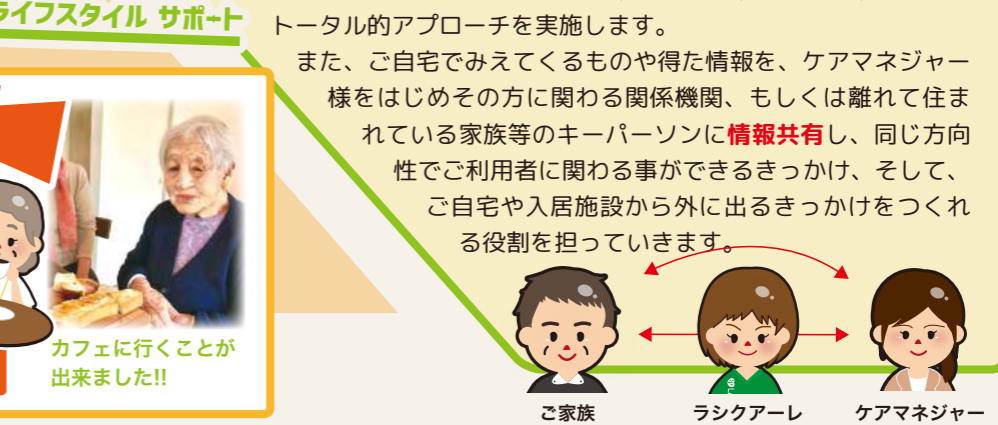
【サポート】

- ・職場復帰のために必要な書字動作やパソコンのタイピング動作の獲得をサポート
- ・家族旅行で長距離の移動ができるために、歩行器歩行の歩行距離延長を図り、屋外や不整地での安定した歩行獲得をサポート
- ・買い物に同行し、実際の環境下での助言や、移動の際に利用するタクシーの乗降動作をトレーニング
- ・嚥下能力の低下や食事形態の関係で好きなものが食べづらいという状況の中で、嚥下トレーニングやご家族への栄養、食事形態指導を行うことにより、誤嚥などのリスクを考えたサポート

ラシックアーレが担う、地域アプローチ

その方の身体・精神状況は外出先や病院ではみえてこない部分があり、**24時間365日の中で大半を過ごすご自宅にお伺いし関わらせて頂くことにより**身体・精神機能のみでなく、住環境、家庭環境、周辺環境などトータルのアプローチを実施します。

また、ご自宅で見えてくるものや得た情報を、ケアマネージャーをはじめその方に関わる関係機関、もしくは離れて住まれている家族等のキーパーソンに**情報共有**し、同じ方向性でご利用者に関わる事ができるきっかけ、そして、ご自宅や入居施設から外に出るきっかけをつくれる役割を担っていきます。



hokofu
Fitness & Rehabilitation

ご利用者への姿勢・介入
ホコルのサービスの基本は「おもてなし」です。ご利用者のリハビリへの想いを尊重し、目標ややりたいことへ向かって努力する意欲を最大限に引き出します。また様々な専門職からの視点を個別プログラムや目標に反映させることで、単なる機能訓練ではなく社会参加する機会を提供し続け、新たなライフスタイルをサポートいたします。



■ 理学療法士
社会参加、日常生活において不可欠な「歩行」。この動作に対し、我々は日々研究・研鑽を積み重ねております。最先端のバイオメカニクス視点や脳科学的視点から、ご利用者それぞれに合った上質なリハビリを提供します。また、私達はご利用者へ尽力する「想い」を大切に、ご利用者のどんな小さな希望に対しても真摯に取り組めます。

■ トレーナー
リハビリプランに基づきご利用者へ正しいトレーニングを提供します。参加型集団トレーニング「ホコトレ」は最先端のフィットネス要素を取り入れています。私にもできたという「自信」とともに、ハイタッチや掛け声による他者との「同期現象」を発生させ、意欲・身体機能を同時に高めます。トレーナーは地域のエンターテイナー的存在として貢献します。



ホコルが担う、地域アプローチ

地域にお住まいの高齢の方には、心身機能の低下により在宅のみの生活となり目標や社会的役割を失ってしまった方々がいらっしゃるかと思います。そこでホコルを通じて、

- 同じ境遇にあるご利用者やスタッフとの関わりの中で**社会的役割を見つける事ができる。**
- さらに目標に向かって**切磋琢磨**できる

脳科学的視点から裏付けられた専門的サービスにより、在宅から一歩外へ踏み出す、可能性を諦めない、新たな人生の楽しみを見出す、といったご利用者の社会参加のきっかけを作る事で地域に貢献したいと考えております。

【提案】ご利用者同士でランチへ

【サポート】車椅子を使用せずにお店へ行くという目標をたて、屋外やお店を想定した段差昇降訓練を

散歩/買い物/外食/趣味への活動/旅行/職場復帰(等)

声 ホコルにはない運動メニューがあり、難易度も幅広くあるので楽しい!!

声 今度は孫も連れてきたい!!

声 利用者同士で女子会ができて楽しい

声 カフェに行くことが出来ました!!