

ひいらぎデイサービスセンター高砂

高砂市
今市に

8月1日新規OPEN!!

内覧会

ご自由に来所くださいませ

体験会

ご予約をお願いいたします

自宅で
いつまでも
元気に
暮らしたい



こんなお悩みありませんか？

退院後もリハビリを
つづけたい



自分のペースで
無理なく運動がしたい



腰・ひざなどの
関節痛をラクにしたい



まずはお気軽にお電話ください。スタッフが丁寧にご説明させていただきます。

☎090-2507-1200

【受付】平日 9:00~18:00

【担当：井村】

ひいらぎは個々の生活・目標に合わせたプログラム（サイクル）で支援いたします

STEP
01



ご家族と一緒に ご相談

おひとりお一人の課題を共に
見出し個別に目標を
設定します

STEP
02



自立に向けた説明 アドバイス

水分摂取や運動などによ
る基本的な知識・効果を
お伝えします

STEP
03



パワーリハビリ

マシンを使った低負荷で
リズムカルな運動

STEP
04



屋内歩行訓練

転倒防止付き歩行マシン
（Pウォーク®）を使用し歩
行訓練を行います

STEP
05



屋外歩行訓練

Pウォーク®で2kmの歩行
を達成すれば屋外歩行訓
練に移行します

STEP
06



目標の達成・ 見直し

「介護保険を使用しない自
立した生活」を最終目標
にしています

「やりたい」思いを「やろう」に！

高齢者がラクラク安全に行えるリハビリメニューと機器を取り揃え
歩行・生活動作を改善することを目標に取り組んでいます。



医療法人 閑谷会 自立支援特化型

ひいらぎデイサービスセンター高砂

〒676-0003 兵庫県高砂市今市2丁目9-28 ☎090-2507-1200



下のQRコードから
地図をご覧ください

