

La Chic Alé × Hokorū



La Chic Alé!



hokorū

Vol.07

FREE

● ついに!! **ホコル琴平**
OPEN!!全貌公開!!

～土曜日だけの特別利用～

● **ホコル月出、要支援専用プラン**
おうちトレーニング機具 **6月スタート!**
プレゼント!

● **ラシクアーレオリジナル**
介護予防に! **エアロビクスエクササイズ**
Extreme を独自に開発!
of care-prevention

magazine

あなたラシク、
ホコレル
自分を目指して。

琴平クリニック跡地

ホコル琴平

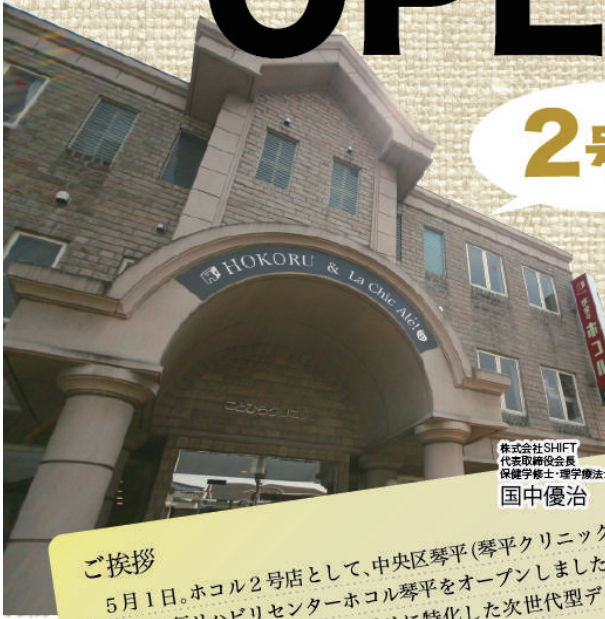
次世代型デイサービス



OPENしました!!!

2号店

祝



株式会社SHIFT
代表取締役会長
保健学修士・理学療法士
国中優治



ホコルの特徴である、リハビリの充実とおもてなしの心で、皆様が元気になって楽しみのある生活が送れるようになっていきます。ホコル琴平のイメージカラーはイエローです。イエローは幸福の色といわれています。明るい太陽の色でもあり、人間を含めた生物に成長と明るさをもたらしてくれる、なくてはならないもの。ホコル琴平も御利用者に「なくてはならないもの」になるよう頑張っていきます。



ケアマネジャー
理学療法士
管理者
米村 昌洋

ご挨拶

5月1日、ホコル2号店として、中央区琴平(琴平クリニック跡地)に歩行リハビリセンターホコル琴平をオープンしました。月出1号店と同様、歩行のリハビリに特化した次世代型デイサービスです。歩行を改善・回復して、「おいしいものを食べに行く」、「旅行に行く」、「友達に会いに行く」、「買い物に行く」など、楽しみを増やして、毎日の生活が楽しく過ごせるよう支援していきます。トレーニンググループでしっかりと運動を行っていただいた後は、カフェスペースへ。音楽とお洒落な空間でくつろいでいただきたいと思います。そして、これからも、色々な新しいことにチャレンジしていきます。そして、ホコルの良さを皆様に知っていただき、ご利用いただきたいと思います。皆様お気軽にお越しください。お待ちしております。

KOTOHIRA Members!!



トレーナー
中原翔太



福祉住環境
コーディネーター2級
理学療法士
田尻 敬典



理学療法士
生活相談員
(社会福祉士主事)
平井あや子

4月から新入社員として働き始め、5月から歩行リハビリセンターホコル琴平で理学療法士として務めることになりました。まだまだ慣れませんが、ホコルの一員として皆様に元気を与えるように自分の持ち味の元気で若さで頑張ります。

生活相談員の平井です。初めての相談業務で至らないことが沢山あると思いますが、hokoruという名前に恥じぬよう、ご利用者のサポートを頑張っていきます。琴平へのご相談は、私へお申し付けください。



改善&回復 歩行リハビリセンター

hokofu
fitness & rehabilitation

〒860-0813
2号店
ホコル琴平 熊本市中央区琴平 2-6-44.1F
TEL 096-223-6634
FAX 096-288-2343
介護保険事業所番号：4370110456

内覧会にお越しいただきありがとうございました！

ホコル琴平オープンに伴い、4/28~5/2に内覧会を開催させて頂きました。こだわりの空間・こだわりのトレーニング機材・名物ホコトル・私たちの想いなど、見て頂きたいことや感じて頂きたいことを多く盛り込んだものとなりました。ケアマネジャー様やご利用を考えている方やそのご家族、理学療法士や作業療法士など、多くの方に来場して頂きました。現在デイサービスは多くありますが、歩行に特化したホコル琴平をしっかりとご覧になって頂けたのではないかと思います。



病院でのリハビリとの併用可能

歩行リハビリセンター ホコル
<http://www.hokoru.com>

1号店
■ホコル月出
〒862-0920 熊本市東区月出 2-4-42
TEL 096-234-6650
FAX 096-234-6651

2号店
■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

改修&回復 歩行リハビリセンター

hokofu
fitness & rehabilitation

0120-949-856

次世代型デイサービス



改善&回復 歩行リハビリセンター

hokoru
fitness&rehabilitation

月出

ホコル月出の **新サービス!!**
~土曜日だけの特別利用~
要支援専用プラン

対象:要支援の方のみ・週一御利用

皆様からのご要望にお応えしてホコルはいよいよ土曜日の営業を開始いたします。(こちらのプランは要支援1・2の方を対象に御利用いただけます。)

「平日は忙しい」という方や、「まだ介護施設には行かなくて良いけど、定期的に身体機能チェックは受けたい」という方にピッタリのプランをご用意いたしました。

目玉サービスとして自宅で出来る**自主トレーニング器具をプレゼント**させていただきます、自主トレーニングと合わせて土曜日に皆さんと一緒に運動を行います。

またホコル名物でもある「ホコトレ」に続き、「Extream 15」エクストリーム フィフティーンを開発いたしました！アップテンポな曲に合わせて楽しい**15分間のエクササイズ**を提供いたします。

普段のホコルでの運動とは一味違った運動を体験して頂き、自宅でも行って更なるカラダの改善に取り組んでいきましょう。

お問合せはホコル月出まで **TEL 096-234-6650**

6月
スタート!!

要支援の方のみ
週1回でコメンナサイ!

しかし! おうち
トレーニング機具を
プレゼントいたします!



土曜特別スケジュール

2時間集中コース!!

9:00~	バイタル測定 (血圧、脈拍、問診)
9:05~	マシントレーニング
10:00~	Xtream自宅トレーニング 姫ボール、バランスクッション、モビバンを使用 しての運動
10:35~	Xtream 15もしくは ホコトレ
11:00	終了

ホコルオリジナルDVDを見ながら
簡単に自宅でトレーニング!

ホコル月出

NEW STAFF!!



4月からhokoruで働き始め、1ヶ月が過ぎました。理学療法士としてご利用者と向き合い、毎日が成長の日々です。私は学生時代からhokoruで働くことを目指し、インターシップや国家試験を乗り越えてきました。今こうしてhokoruのユニホームを着ていることがとても嬉しく、毎日一生懸命働いています。これからも、若さと元気を活かしてご利用者に誇りを取り戻してもらおう、私自身が誇りを持って働いていきたいと思います。

福祉住環境
コーディネーター2級
理学療法士
奥村 祐子

訪問リハビリ



おうちでリハビリ
ラシクアーレ

ラシクアーレオリジナル
介護予防に! エアロビクスエクササイズ
Extremeを独自に開発!
of care-prevention



映像をそのまま真似するだけで介護予防運動になる、フィットネス仕様のDVDが完成しました!

ホームエクササイズはもちろん、地域のサロンや体操教室でもぜひご活用下さい!



介護予防支援システム

CPSS

Care Prevention Support System
特別プログラムエアロビクス
DVD化!



ラシク本部

NEW STAFF!!



5月から入職しました清田です。今まで病院で培った知識や経験を、これからはご自宅という現場で活かさせていただきます。あなたらしい生活を送っていただけるよう頑張ります!

看護師
清田 真裕美

- 座位でのエクササイズ
・モビバンを使用した上半身の運動
・クッションを使用した下半身の運動
・ボールを使用した体幹の運動

- 立位でのエクササイズ
ステップ、体幹の柔軟性、ボクササイズなどの要素を盛り込んだ運動

詳しくはスタッフまで!



おかげさまで**4年目突入!**

身体コーディネイト看護、睡眠アプローチ、フィットネス型介護予防事業... などなど、新たな挑戦をしてきました。今後も更なる挑戦を続けるラシクアーレを宜しくお願い致します!!!



5月より移転!

おうちでリハビリ ラシクアーレ
<http://www.la-chic-ale.com>

■ 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

■ ラシクアーレ 月出 (サテライト)

〒862-0920 熊本市東区月出 2-4-41.2F
TEL 096-288-4271
FAX 096-288-2343

おうちでリハビリ
ラシクアーレ

0120-987-392

ずーっと、元気!

カラダ健康予防教室!!

始まりました!

理学療法士とトレーニング!

- 体の衰えが気になる
- 介護予防を卒業後も継続したい
- 病院に行くほどではないが悩みがある

日時: 毎週金曜日 9:30から1時間半程度
場所: WALK RUN PROJECT
 (熊本市東区月出2丁目4-41)
参加費: チケット制 4回分 8,000円
定員: 10名

現在、当施設を利用して介護予防運動が行われています。週一回の継続したカラダの動きを楽にする運動により、筋力、バランス能力、歩行スピードなどの項目で大きな改善がみられています。そこで介護予防を卒業された方を含め、さらに多くの方々のカラダを楽に、健康にするために週一回のカラダ健康予防教室を始めました。ストレッチング、体幹トレーニング、バランス訓練、音楽に合わせた有酸素運動等を行いカラダの悩みを改善し、いつまでも健康なカラダで楽しく生活できるようにするために定期的に運動を行っています。是非この機会を利用して、いつまでも健康的なカラダでいられるようにみなさんと頑張っていきましょう。



- 【内容】**
- ストレッチング
 - 体幹トレーニング
 - バランス訓練
 - 音楽に合わせた有酸素運動!!

送迎可能!
お気軽にご相談ください!

祝 1周年!!

おかげさまで5月8日をもちましてオープン1周年を迎えることができました。

オープン以来、カラダにお悩みのある方、ダイエット目的の方、スポーツパフォーマンス向上を目的とした方など様々な目的で多くのお客様にご利用頂いております。2年目も今までに増して皆さまのご要望にお応えできるよう頑張っていますのでよろしくお願い致します。

理学療法士が
専属トレーナーに!

パーソナル
トレーニング
始めませんか



詳しくはHPへ!

ご家族・ご友人等誘い合わせの上、ご参加下さい!
皆さん楽しく運動しましょう!!お待ちしております。

お問い合わせ:096-234-6636

アスリート・スポーツをされる方・キレイになりたい方・体力に衰えを感じる方・身体に不安をお持ちの方へ



パーソナルトレーニング



徒手リラクゼーション(ほぐし)



足反射区療法(足つば)

こんな方へ...

- ・確実に痩せたい
- ・試合に勝ちたい
- ・疲れをとりたい
- ・マラソンに出たい

姿勢制御

- インソール作成
- ・歩行や姿勢に変化
- ・立脚の安定性を向上
- ・アーチ形成技術を採用



ニューバランス
シューズ
フィッティング



〒862-0920 熊本市東区月出2丁目4-41.1F TEL 096-234-6636

<http://walkrun-project.com>

ウォークラン 熊本

検索

Y's Group



株式会社SENSTYLE
〒862-0920
熊本市東区月出2-4-41.2F
TEL 096-234-6661 FAX 096-234-6651
<http://www.senstyler.com>

医療情報サービス

- ✓セミナー事業
- ✓出版
- ✓web戦略の立案
- ✓起業家支援
- ✓講師業



株式会社ISIGN
〒862-0920 熊本市東区月出2-4-42
TEL 096-234-6650 FAX 096-234-6651
2号店 〒860-0813 熊本市中央区琴平2-6-44.1F
TEL 096-288-2778 FAX 096-288-2343
<http://www.hokoru.com>

次世代型デイサービス

熊本県指定居宅サービス事業所 月出:介護保険事業所番号:4370109482
琴平:介護保険事業所番号:4370110456

- ✓歩行リハビリ
- ✓脳卒中回復
- ✓カフェ空間
- ✓睡眠アプローチ



ICHIRYU-PROJECT
〒862-0920
熊本市東区月出2-4-41.1F
TEL 096-234-6636 FAX 096-234-6651
<http://walkrun-project.com>

パーソナルトレーニング

- ✓パーソナルトレーニング
- ✓インソール作成
- ✓ニューバランスシューズフィッティング
- ✓リラクゼーション
- ✓ダイエット
- ✓足つば
- ✓睡眠への取り組み



株式会社SHIFT
ラシックアーレ 琴平 〒860-0813 熊本市中央区琴平2-6-44.3F
(旧住所: 熊本市南区平田2-10-4)
TEL 096-288-2778 FAX 096-288-2343
ラシックアーレ 月出 〒862-0920 熊本市東区月出2丁目4-41.2F
(旧住所: 熊本市東区月出2丁目4-41.1F)
TEL 096-288-4271 FAX 096-288-2343
<http://www.la-chic-alei.com>

訪問リハビリ・看護

熊本県指定居宅サービス事業所 事業所番号:4360190591

- ✓おうちリハビリ
- ✓療養上のお世話
- ✓介護支援・相談
- ✓日常生活の看護
- ✓医療的処置
- ✓アロマ・睡眠

Y's Group代表 国中 優治 保健学修士・理学療法士・クリエイティブ・ディレクター 株式会社SENSTYLE(代表取締役)・株式会社SHIFT(代表取締役会長)・株式会社ISIGN(代表取締役)・ICHIRYU-project(代表)・元九州中央リハビリテーション学院非常勤講師



おうちでリハビリ
ラシックアーレ

わくわくシニアクラブ
熊本市通所型介護予防事業

2次予防

運動機能向上
プログラム

口腔機能向上
プログラム

中央区,東区,南区
☎ 096-288-2778

大好評
実施中!!

FM791 熊本シティエフエム

NOW ON AIR!!

ホコルの
ホッコリRADIO!!

ホコルの「今」を月1で放送中!

ホコルのホームページからご覧いただけます! <http://www.hokoru.com>

