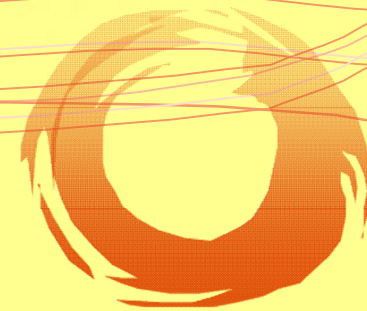


デイサービス施設様向けフィットネスプログラム 提案書

ホテル日航姫路 内 ガーデンクラブ 運営管理業務受託会社

モトヤマスポーツ株式会社



はじめに

従来の介護予防では、既存の介護施設に幾つかの筋力マシン等を設置し、エクササイズの未経験者が指導やプログラミングを実施されるケースが多いのが現状ではないでしょうか？

そこで、当社では、現在までのフィットネス事業のノウハウを組み合わせ、本質的な機能訓練運動プログラムに特化した、介護予防と自立への改善を実現する指導サービスを開始しました。

平日9:00～16:30で、3時間以上4時間未満の短時間型のデイサービス施設として、機能訓練運動プログラムを特化させる為にも、リハビリ・コンディショニングに精通するインストラクターにより、関節への負担の軽減を考慮した、介護予防運動プログラムを提供し、さらに音楽や掛け声、グループ運動の楽しさを提供することで、利用者の継続性にも高い成果をめざします。

さらに、フィットネスのノウハウと人材を軸とした、筋力トレーニングやバランス体操、ストレッチ体操等の豊富なプログラムバリエーションを備えています。また、認知予防トレーニングや、グループと個別性に対応したレクレーション、そして「リラクゼーション」を目的としたプログラムを提供することで、カラダとココロへのトータルなアプローチをはかります。

プログラムは、メタボリック症候群の予防・改善カレッジとして、運動と栄養の側面からの三ヶ月短期教室や、介護でも使用するスリングエクササイズで、ゴルフなど体幹部を重要視するスポーツのパフォーマンス向上を目的とした教室、50歳から始める空手、フラダンス等といった、多彩なメニューの提供が可能です。

メニュー

当社は、長年ホテル内のフィットネスクラブの運営管理業務を行ってきたスポーツファシリティ管理運営のプロフェッショナルです。

貴デイサービス施設では、現在のプログラムメニューにご満足されていますでしょうか？

インストラクターの確保に苦勞して利用者の満足度が低い・・・などのお悩みはありませんか？

当社では 下表のような お客様のニーズに対応して 貴施設の運営のお手伝いをいたします。

契約形式	内 容
指導業務 受託方式	貴施設のフィットネスプログラムの指導運営をモトヤマスポーツが受託します。 経験豊富なベテランインストラクターによる指導により、顧客満足度アップを実現します。
コンサルティング 方式	現状の分析をもとに、プラン・システムの変更に関してトータルにアドバイス 利用者の満足度アップにより、利用者増・増収・増益をはかります。



教室 例

所属インストラクターは大阪府下、神戸市内に在住しています。

教室 例				
ス	ト	レ	ツ	チ
操	体	操	体	操
青	竹	体	操	
引	締	め	ト	レ
ニ	ン	グ		
ヨ				ガ
簡	単	エ	ア	ロ
シ	ェ	イ	プ	ア
ッ	プ	ヨ	ガ	
フ	ラ	ダ	ン	ス
肩	こ	り	腰	痛
体	操			
バ	ラ	ン	ス	ボ
ー				ル
お	腹	シ	ェ	イ
プ				
お	た	の	し	み
エ	ア	ロ		
ア	ロ	マ	リ	ラ
ク	ゼ	ー	シ	ョ
ン				



セミナータイプ

経験豊富なインストラクターが実演も交えながら講習します。

- 健康に関する関心度を高めたい
- プログラムに変化をつけたい
- 生活習慣病予備軍に運動の動機づけをしたい

などのご希望に最適です。

例)

生活習慣病予防セミナー
正しいウォーキングセミナー
シェイプアップセミナー
自体重でできる筋力トレーニング講座
食事・栄養セミナー

など



- 1.参加対象の利用者様が貴施設にご来館されるタイプ
予めご相談の上設定した期間、時間帯に利用者様に貴施設にご来館いただき、受講していただきます。
- 2.出張セミナータイプ
会場を設定していただき、当社担当インストラクターが出張して、講習いたします。

クラブイベントまたはセミナーと併用して

高性能の体成分分析機 InBody720を使って、個人の体成分を測定し、解説と運動アドバイスを行います。

InBody インボディ720

分析項目

体水分、タンパク質、ミネラル、体脂肪量、骨格筋量、筋肉量、除脂肪量
体重、BMI、体脂肪率、ウエストヒップ比(WHR)、部位別筋肉量
筋肉バランス図、栄養評価、身体バランス、身体強度
適正体重、体重調節量、脂肪調節量、筋肉調節量、フィットネススコア

1.参加対象のお客様が貴施設にご来館されるタイプ
予めご相談の上設定した期間、時間帯にお客様に貴施設
にご来館いただき、随時InBodyによる測定とアドバイスを実施

2.InBody720は 当社所有の1式を持ち込み実施します。



出張測定の場合は、骨密度測定、ストレス度測定、血管年齢測定、活力年齢測定 などのオプションとの組み合わせも可能です。

プランはご要望に応じて設計いたします。

施設の規模・内容、予想利用人数、ご希望内容に応じて最適なプランを設計して ご提案・見積いたします。

まずはお気軽に、お問い合わせください。
担当員が お伺いし詳しいご希望を承ります。

是非、御社のデイサービス施設の他施設との差別化・活性化・サービス内容の改革に当社をお役立て下さい。

HP : <http://www.msports.co.jp>

ガーデンクラブ

<http://www.msports.co.jp/garden/>

TEL:06-7172-7908

mail:minfo@msports.co.jp

