



安心BB(Body&Brain)リハ京町 (京都市伏見区)

## 京都初の早期認知症予防に特化した 会員制トレーニングセンター



### Voice

安心BBリハ京町様では、早期認知症予防のための最新設備やノウハウが充実。看護師をはじめ、理学療法士、作業療法士、アロマケアトレーナー、管理栄養士などの各分野のセラピストの皆さんが、頭の体操・身体の運動・栄養管理・個別相談までを個別で行う。週1~2回以上を目標に個別プログラムに基づきセミパーソナルサポートを実施している。

#### ■ PDCAを回しながら無理なくサポート

トレーニングスタジオを見渡すと、脳活バランサーCogEvoをはじめ、体組成計、筋力トレーニングマシン、レッドコードなど最新のトレーニング器具や水素水サーバーが配置されている。入会時に脳活バランサーCogEvo(認知機能テスト)、体組成測定、認知運動テストを実施。その結果に基づき個別プログラムを作成。そして、個別プログラムに合わせ、認知機能と身体機能のトレーニングを週1~2回以上を目標に実施。また、3か月に1度、定期測定を行いその経過をチェックし個別プログラム再検討。3か月間でPDCAを回しながら、利用者に適した、プログラムとサポートを行っている。

### 安心BBリハ京町

安心BBリハ京町を運営する、安心ライフ(株)は、京都を中心にリハビリ型デイサービス事業からケア住宅リフォーム、福祉用具レンタルサービスと連携させることにより安心を提供している。安心プラスは、リハビリを主体とした1日型のリハビリデイサービス安心プラス下三栖(しもみず)と半日型のリハビリデイサービス安心プラスを運営している。安心BBリハ京町は、リハビリプログラムの充実を活用し、早期認知症予防に特化した会員制トレーニングセンターを2017年10月にオープンした。

京都市伏見区京町6丁目69-1  
075-601-6622



株式会社トータルブレインケア

<https://cog-evo.jp/>

## 認知機能のチェックとトレーニングに 脳活バランサーCogEvoを活用



安心BBリハ京町  
竹本均 マネージャー

脳活バランサーCogEvoは2018年2月に導入。3か月に1回の認知機能チェックと、毎回のトレーニングに使用されている。

会員のKさん(80歳代:女性)は「入会して半年が経過し、3回目の認知機能チェックをしましたが、3項目で以前より良くなっていたので嬉しかったです。あとの2項目も横ばいで、下がっていませんでした。いままで触った事も無かったiPadを使える様になったのには、自分でもビックリしています」と満足気に話された。

また、K・Yさん(80歳代:女性)は「最近、物忘れが多く心配で、娘たちがすすめてくれて入会しました。認知症予防のプログラムがたくさんあって、生まれて初めて使ったiPadは、最初は少し戸惑いましたが、今では自然と使える様になってきました。過去最高点が出ると嬉しくなってきますね。旅行にも行きたいので、足と頭を鍛えてきたいです。」とトレーニングの成果と今後の目標をについて楽しそうに話された。

安心BBリハ京町の竹本均マネージャー(健康運動指導士)は、「早期認知症の予防にいいものを集めてお客様に提供しています。特にトレーニングの内容については非常にこだわっており最新のもの、お客様が取り組みたいと思われるものをご提供しています。早期認知症の予防なのであくまでも楽しく、お客様がいつまでも元気で活動して頂けるようスタッフ一同でサポートしています。脳活バランサーCogEvoは、チェックとトレーニングでフル活用しています」と感想をいただいた。

