

イキイキ

ワクワク

体操&食事



体験会

参加
無料

要事前申込



元気に動いて
楽しく食べて
日々健康に過ごしましょう!

健康で自立した生活を送るためには、
適切な運動とバランスの良い食事が大切です。
本催しは、理学療法士による適切な運動方法と、
エクセレント聚楽第で利用者様にお出ししている
美味しくて栄養満点の食事をお試しできる
体験会イベントです。
この機会にぜひご体験ください。

株式会社エクセレントケアシステム
理学療法士・福祉用具専門相談員
竹田 聖 (たけだ せい)



とき 2025年 1月29日 水

第1回

第2回 2月26日(水) 11:00~

第3回 3月26日(水) 11:00~

11:00開始(体操60分、お食事60分程度)

ところ

エクセレント聚楽第

京都市
上京区

小規模多機能型居宅介護(グループホーム併設)

イベントは3回開催。
全日程参加もOK!



健康体操教室の様子(会場/エクセレント北野)



小規模多機能居宅介護事業所「エクセレント聚楽第」では、
バリエーション豊富な楽しく美味しい食事を提供しています。

【第1回】イキイキ体操&ワクワク食事体験会

イベント概要

体操体験

専門知識を持った理学療法士が適切に指導

エクセレント健康体操教室

エクセレントグループ専属の理学療法士による体操教室をご体験いただけます。健康講座で体と健康についての説明後、日常に必要な、歩く・立ち上がるなどの動作を維持・向上できる運動をわかりやすく指導いたします。その他お体の悩みもご相談ください。



インストラクター紹介



竹田 聖 (たけだ せい)

㈱エクセレントケアシステム 理学療法士 / 福祉用具専門相談員

日本最大規模の回復期リハビリテーション病院にて心臓・呼吸器リハビリテーションを中心に経験を積む。現在は機能訓練指導員としてエクセレントグループの専属スタッフとして利用者様に筋力訓練や生活動作をアドバイス。また福祉用具専門相談員としても活躍中。

食事体験

見た目も楽しい! 美味しい食事を体験

エクセレント聚楽第の食事体験会

エクセレント聚楽第では、利用者様に和・洋・中のバリエーション豊かな美味しい食事をお楽しみ頂いております。第1回の食事体験では、企画食として和食料理をお召し上がりいただけます。第2回は洋食料理、第3回は中華料理を予定しておりますのでぜひご参加ください。



今回は和食

和食の例 (実際に提供したメニューです)

参加対象

京都市にお住まいの方

申し込み方法

下記お電話にてお申し付けください。
参加無料 (事前のご予約が必要です)

締め切り

- ・第1回締め切り (1/29 水開催) ... 1/20 (月)
- ・第2回締め切り (2/26 水開催) ... 2/20 (木)
- ・第3回締め切り (3/26 水開催) ... 3/20 (木)

当日のスケジュール (全開催日共通)

○エクセレント健康体操 (11:00~)

- ・インストラクター紹介
- ・健康講座
- ・体操 (全身運動・上半身運動・下半身運動)

運動を行うため、動きやすい服装で、タオル、室内履用シューズ、水分補給用のドリンクをご持参ください。

○食事体験会 (12:00~)

会場詳細

小規模多機能型居宅介護 (グループホーム併設)

エクセレント聚楽第

〒602-8162 京都市上京区出水通土屋町東入東神明町 290-1



登録者様受付中

ご自宅の介護でお悩みの方は **通い** **宿泊** **訪問** のサービスが1箇所で見られる **エクセレント聚楽第の小規模多機能型居宅介護サービス**をご活用ください!

お申し込み
お問い合わせ

小規模多機能型居宅介護 / グループホーム併設

エクセレント聚楽第

〒602-8162 京都市上京区出水通土屋町東入東神明町 290-1

TEL.075-813-1165



公式HP