



Let's Enjoy

明るく! 楽しく! 健康に!



Halsa Community

ハルサコミュニティー

羽田大鳥居

健康 × 運動 × 楽しさ

高齢者の皆さまの自立した生活をサポート

「ハルサコミュニティー」は、QLCプロデュース株式会社が
高齢者の皆さまの「より快適で自立した生活」をサポートするために
全国展開している自立支援型デイサービスです。
豊富な改善事例に基づくプログラム開発が特長。

一人ひとりに合ったプログラムで
「まだできる!」「またできる!」の
実現をサポートします。

自立支援型デイサービス(事業所番号:1371110188)

通所介護/介護予防・日常生活総合事業

お問合せ先

☎ 03-5735-1056

9時~17時まで(日曜日は除く) FAX 03-5735-1057

〒144-0033 東京都大田区東糀谷2丁目4-7スカイタウン糀谷1階

半日型



HPはこちら

「ハルサコミュニティ」は運動やリハビリに特化した半日型デイサービスです



ハルサコミュニティは、「立つ」「座る」「歩く」「着替える」「物を取る」などのADL『日常生活動作訓練』を行う半日型デイサービスです。全国のリハビリテーション病院で導入されているリハビリマシンを使ったパワーリハビリをはじめ、各種プログラムによって生活動作を維持・改善。

「まだできる」「またできる」という自信が蘇り、身体だけではなく、心までも変化していき、高齢者の皆さまの自立支援を目指します。



タイムスケジュール 半日型



小人数の個別機能訓練

基本動作の向上

生活動作の向上

自立の促進



小人数のグループで行われるトレーニングです。

口腔機能訓練

誤嚥性肺炎防止

免疫力アップ

発声量向上



東京歯科大学上田教授監修の口腔機能プログラム。「咀嚼(そしゃく)」、「嚥下(えんげ)」、「呼吸」にまつわる多種多様な訓練を実施しています。

認知症予防

脳の働きを活性化

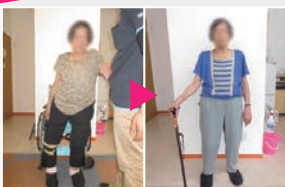
気力向上

物忘れ防止



認知症予防体操で脳の活性化をおこないます。

改善事例 目標を持ってトレーニング



レッツ倶楽部自由が丘S様(変形性膝関節症)動的バランスも向上し、現在は息子様ご家族と海外旅行に行くことを目標にトレーニング中。

座位での太極拳

バランス機能の向上

全身の筋力アップ

整理体操



座ったままで下肢の筋力アップ、楽しみながら体操を行います。

「ハルサコミュニティ」のマシントレーニング

筋肉を鍛えるためではなく、医療認定を受けたリハビリマシンを使い、眠ってしまった筋肉や神経、動き方を忘れてしまった筋肉を呼び覚まし、正しい動き方を再び思い出してもらおうトレーニングを行います。思うように身体を動かしにくい高齢者の方でも 正しいフォームで、安心してトレーニングできるよう、マシンは入浴や階段の上り下りよりも負荷が少ないように設計されています。

一緒に運動しましょう



レッグエクステンション／カール

足の曲げ伸ばしがしやすくなり歩くのが楽になります



アドダクション／アブダクション

歩く動作が安定します



レッグプレス

立ったり座ったりする動きが楽になります



プッシュアップ／プルダウン

服を着たり、脱いだりするなど腕が上がりやすくなります



ツイスト

猫背や腰の曲がり方などが少しずつ伸びていきます



リカンベントバイク

心肺機能や筋力の向上、可動域の増幅などの効果が期待できます

最近こんなお困りごとはありませんか？

- ✓ 前より体力が落ちてきているような気がする
- ✓ 歩く速度が段々遅くなってきている
- ✓ ちょっとした段差でつまづいてしまう
- ✓ 足腰など痛むところが増えてきた
- ✓ 外出する機会が減ってきた



下肢筋力の低下による可能性が大！
低負荷の運動で改善しましょう。

体力測定の実施！

定期的にお身体の状態を確認。筋力、歩行状態を数値化することで、トレーニング効果が目に見える形で確認でき、やる気の向上、効果の実感につながります。



ファンクショナルリーチ



TUG テスト

奥田管理者（施設長）からの一言

Sweden



ハルサコミュニティの「ハルサ」とは、

北欧スウェーデンの言葉で「健康」という意味です。

いつまでも「健康」に、ご自宅でご生活をいただけるよう「運動」を通して、在宅生活のサポートをさせて頂いております！
運動といっても苦手な方、嫌いな方もいらっしゃると思いますので「楽しさ」がなければ続きません。

『健康 × 運動 × 楽しさ』を念頭に



日々、職員全員でご利用者様のことを第一に考えながらサービスを検討、工夫し、とにかく満足いただけるよう運営しております！



リハビリ意欲向上へ

ハルサコミュニティでは、利用者様のリハビリ意欲向上による健康の維持・改善を目指して、日帰りのバス旅行などをおこなっています。多くの笑顔が見られる楽しいイベントです！



▲2019年は小田原城散策とかまぼこづくり体験を実施。

系列直営事業所の中で「介護度改善率第1位」を取得!!
引き続き、全職員ご利用者様第一で頑張っております!!



「ハルサコミュニティ」の送迎エリア



大田区エリア

東糀谷、西糀谷、北糀谷、
大森南、大森東、大森中、大森西、大森北、
羽田、本羽田、羽田旭町、萩中、南六郷、東六郷、
西六郷
蒲田、蒲田本町
※その他エリアは、お問い合わせください。



見学受付中

まずは一度ご覧になってみませんか？
運動体験・見学や、事業所について
お気軽におたずねください。

☎ 03-5735-1056

「ハルサココミュニティ」のグループが取り組む事例のご紹介

生きがいと自己効力感の向上へ



「ハルサココミュニティ」をはじめとするQLCプロデュース株式会社が運営する自立支援型デイサービスでは、利用者様の主体性を促すさまざまな取り組みを実施しています。生きがいと自己効力感の向上は、QOLの改善に大きく影響します。

※各種イベントは一例です
※不定期開催



レッツ倶楽部多摩川での卒業式風景

卒業制度

ハルサココミュニティでは、改善され自立となった利用者様に、卒業後もボランティアとして「活動」し「参加」していただく制度があります。

旅行

日帰りのバス旅行は、利用者様が大変人気のあるイベントです。旅行を目標にすることで、リハビリ意欲向上につながります。

季節のイベント

季節の変化を感じる「夏祭り」などのイベントは、利用者様にとって楽しい思い出を生み出します。利用者様同士のつながりも強化され、共感や支え合いが促進されます。

ハルサココミュニティの運営会社
QLCプロデュース株式会社

全国 176 事業所を展開
(直営：12 フランチャイズ：174)

QLCプロデュース株式会社は、「高齢の皆さまの自立した生活をサポート」するために、2010年より介護事業に参入。全国176の自立支援型デイサービス事業所(直営・フランチャイズ含む)を展開し、約15,000人以上が利用されています！

設立	1997年5月
資本金	1億円
事業内容	フランチャイズ事業／介護事業／システム開発事業
所在	東京都品川区西五反田1丁目3-8 五反田PLACE4階
株主	出光興産株式会社(100%)

<直営事業所一覧>

レッツ倶楽部 立会川	東京都品川区東大井 2-28-6
レッツ倶楽部 多摩川	東京都大田区矢口 1-29-13
レッツ倶楽部 自由が丘	東京都世田谷区奥沢 3-37-7
レッツ倶楽部 新宿西落合	東京都新宿区西落合 4-4-18
レッツ倶楽部 川崎中島	神奈川県川崎市川崎区中島 3-7-10
レッツ倶楽部 高崎	群馬県高崎市緑町 1-11-3
リハの郷 三田	東京都港区芝浦 4-4-27
ハルサココミュニティ	東京都大田区東糀谷 2-4-7
ブリッジライフ 武蔵小山	東京都目黒区目黒本町 3-18-6
ブリッジライフ 不動前	東京都目黒区下目黒 4-18-5
ブリッジライフ 中延	東京都品川区西中延 3-2-15
ブリッジライフ 高津	神奈川県川崎市高津区千年 679 ハイム・ブルーネ1F

「ハルサコミュニティ」の利用料金表（目安）

要介護

●サービス提供時間 1日3時間15分

介護度	単位数	介護保険適応時の自己負担額の目安			
		1割	2割	3割	
基本料金	要介護 1	370単位/日	403円/日	806円/日	1,209円/日
	要介護 2	423単位/日	461円/日	922円/日	1,383円/日
	要介護 3	479単位/日	522円/日	1,044円/日	1,566円/日
	要介護 4	533単位/日	580円/日	1,161円/日	1,742円/日
	要介護 5	588単位/日	640円/日	1,281円/日	1,922円/日
算定項目	単位数	介護保険適応時の自己負担額の目安			
		1割	2割	3割	
加算料金	個別機能訓練加算Ⅰイ	56単位/日	61円/日	122円/日	183円/日
	個別機能訓練加算Ⅰロ	76単位/日	82円/日	165円/日	248円/日
	口腔機能向上加算Ⅰ	150単位/月 ^{2回まで}	163～327円/月	327～654円/月	490～981円/月
	口腔機能向上加算Ⅱ	160単位/月 ^{2回まで}	174～348円/月	348～697円/月	523～1,046円/月
	科学的介護推進体制加算	40単位/月	43円/月	87円/月	130円/月
	処遇改善加算Ⅱ※1 ADL維持等加算※2		総単位数の9.0% (Ⅰ)30単位、(Ⅱ)60単位		

要支援

事業対象者

●サービス提供時間 1日3時間15分

介護度	単位数	介護保険適応時の自己負担額の目安			
		1割	2割	3割	
基本	はつらつ体力アップサポート	390単位/日	425円/日	850円/日	1,275円/日
算定項目	単位数	介護保険適応時の自己負担額の目安			
		1割	2割	3割	
加算	口腔機能向上加算	150単位/月 ^{1回まで}	163円/月	327円/月	490円/月

上記自己負担額の目安は1単位10.90円で算出しています。 ※令和6年4月現在の処遇改善加算Ⅰ、特定処遇改善加算Ⅱ、ベースアップ等支援加算は含まれておりません。

※1…算定した総単位数に対する加算率となります。処遇改善加算、特定処遇改善加算、ベースアップ等支援加算が統合されます。(令和6年6月以降新たに算定)

※2…ADLの維持・改善度合いが一定水準を超える場合に算定いたします(令和7年5月以降算定予定)

※3…令和6年4月から新設された加算となります。

※4…処遇改善加算Ⅰ相当・特定処遇改善加算Ⅱ相当・ベースアップ等支援加算相当が統合されます。(令和6年6月以降新たに算定)



営業日	サービス提供時間	定員
半日型	9:00～12:15	35人
月曜日～土曜日※祝日含む	13:30～16:45	35人

人員配置 管理者(施設長)、生活相談員、機能訓練指導員(看護師) 介護職員



外観



エントランス



機能訓練スペース