



いちごいちえ

# スタジオ 1・5・1・8 DS

1・5・1・8 Limited Liability Company

## 地域密着型通所介護のご案内



### ヘルス&コミュニティ

日常生活を楽しく自分らしく送るために  
心身ともに健康になりましょう！



### スタジオ1・5・1・8 DSだからできること

スタジオ1・5・1・8 DSでは、3つのポイントを重視しています。

1. 自身の数字を知ろう！
2. マット上での柔軟をメインとした個々のペースに合わせた身体づくり
3. スタジオのコミュニティから繋がる輪



## メニュー

1日2回開催。1回3時間なので、気楽に通所いただけます！（送迎あり）

### 午前

9:25～ バイタルチェック・水分補給  
その他測定

10:00～ 柔軟・ピラティス・ボール体操  
リズム体操・ウォーキング等

12:00～ カフェコミュニケーション

12:30～ お送り



### 午後

13:25～ バイタルチェック・水分補給  
その他測定

14:00～ 柔軟・ピラティス・ボール体操  
リズム体操・ウォーキング等

16:00～ カフェコミュニケーション

16:30～ お送り



## アクセス

阪急宝塚線「川西能勢口駅」から徒歩10分

JR「川西池田駅」徒歩15分

※通所サービスをご利用の場合は、  
原則送迎付きです。

Googleマップはこちら



## リクルート

理学療法士、看護師、ピラティスインストラクター、ダンスインストラクターを随時募集中！  
見学からでもお気軽にお問い合わせください！



いちごいちえ

スタジオ 1.5.1.8 DS

〒666-0014 兵庫県川西市小戸2-7-17

TEL:072-769-5712 MAIL:st1518ds@gmail.com