

各位

遠鉄の介護サービス「ラクラス」にて

介護施設「ラクラス」とスポーツクラブ「エスポ」初コラボ 高齢者の健康増進イベントを開催

遠州鉄道株式会社（本社：浜松市中央区旭町、社長：丸山晃司）では、2025年4月 保険・介護・スポーツクラブ事業を統合し、ウェルネス事業本部を発足致しました。

この度、ウェルネス連携事業の第一弾として、親和性の高い介護サービス「ラクラス」と遠鉄スポーツクラブ「エスポ」のコラボにより、高齢者の健康維持・増進のための新イベントを開催致します。

下記が詳細となります。

記

1. 概要

- イベント実施日 : 2025年9月26日（金） 14:00 ~ 14:40
場所 : ラクラス上島デイサービス
内容 : ラクラスデイサービスご利用者に対する、新たな健康体操イベントの実施
■ 高齢者向け特別プログラム
(1) 「Let's 体操！脳トレ連想ゲーム」
・ 視覚、聴覚を用いて、ゲーム形式で脳トレをしながら楽しく運動
(2) 「お家でも気軽にできる！らくらくストレッチ&筋肉ほぐし」
・ 高齢者が自宅でもできるストレッチ体操をご案内

ポイント :
ラクラスデイサービスでは、日頃より専属の機能訓練指導員が体操等の機能訓練を実施しております。今回、同じく運動のスペシャリスト「エスポ」とコラボし、新たな健康体操のイベントを開催します。「ラクラス」と「エスポ」の職員が協同して、高齢者向けの楽しく効果的な運動を考案。当日は エスポのインストラクターが会場をリードして盛り上げ、ご利用者が楽しみながら運動できるイベントを通して、高齢者の健康維持・増進に貢献できることを目指します。
(今後は、他のラクラス施設でも展開を予定します)

2. 遠鉄の介護サービス「ラクラス」の概要

コンセプトは、「デイサービスっておもしろい！」

介護施設といえば、一律に同じ過ごし方をするのが一般的ですが、ラクラスは、その日のお身体の状態や気分に合わせて「食事のメニュー」「機能訓練」「趣味活動」「くつろぎ」など、1日の過ごし方をご利用者に選んでいただける「選べるデイサービス」です。

更に、弊社オリジナルの機能訓練体操など「ラクラス」ならではのサービスを積極的に推奨し、お客様に「また来たい」と思っただけの施設づくりを目指しています。

事業所数			
デイサービス	18	事業所	
ショートステイ	4	事業所	
介護付き有料老人ホーム	5	事業所	
居宅介護事業所	2	事業所	計 29 事業所

3. 遠鉄スポーツクラブ「エスポ」の概要

遠鉄スポーツクラブ・エスポ

以下 2 施設を運営

- ・エスポ浜松（浜松市中央区助信町 51-5）
- ・エスポ袋井（袋井市堀越 371-1）

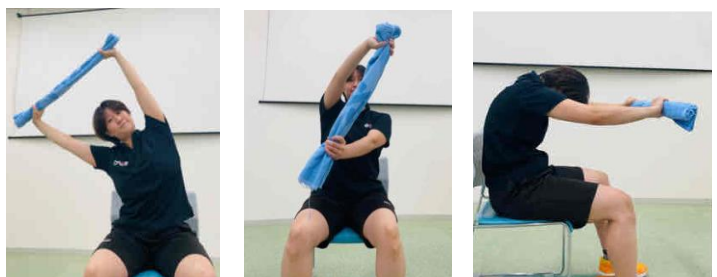
ラクラスデイサービス 運動の様子 ※イメージ



「Let's 体操！脳トレ連想ゲーム」



「お家でも気軽にできる！らくらくストレッチ&筋肉ほぐし」



以上

この件に関するお問い合わせ先

健康介護事業部 介護事業管理課