

新型コロナウイルス拡大のため、**外出自粛で運動不足**になってませんか？

動画でお家トレーニング

お家にいながらスタッフ※からアドバイスが届く！

※ご利用されている介護事業者のスタッフ。もしくは、運営会社所属の理学療法士/作業療法士などの専門家を予定

運動をしないとどうなる？

ずっと横になっていると筋力が1週間で10～15%低下するといわれています
出典：東京都リハビリテーション協議会(2013)「典型事例から学ぶ！＜廃用症候群のリハビリテーション＞」



外出自粛により、こんなお困りごとや心配が増えています。

- 感染予防のための在宅が続くと運動不足や身体の衰えが心配…
- お家でこれまでと同じように運動を続けてもらいたいけど、どんな運動したら良いかわからない…
- クラスター対策からデイサービスなど様々な施設が休止となり、運動やコミュニケーションの機会が減ってしまった…



そこで、簡単ステップの動画を見て、運動してみませんか？



アプリから動画を見て、トレーニング内容を把握します。



実際にトレーニングを行い、アプリで撮影



こんな時だからこそ、顔の見えるスタッフが運動に伴走します！



動画を見たスタッフからアドバイスが届きます。



ステイホームでトレーニングを続けられます。



ご興味がある方は、 介護事業者様にご相談ください。

ご利用されている介護事業者様と運営会社が連携し、サービスを提供します。



介護事業者様に
ご相談



介護事業者様と
運営会社で調整



ご利用準備
(アカウント発行等)



アプリを利用し
サービス開始*

※ 本サービスのご利用には当社発行のメールアドレスをご使用いただきます。

※ 本サービスのご利用には、iPadやiPhoneが必要となります。また運営会社のアプリ「ケアコチ」のインストールが必要です。

※ お申込み状況によってはご利用開始までにお時間を要する場合がございます。予めご了承ください。

ご利用のお申し込みについてのご案内

本サービスのお申し込みは、**介護事業者様からのみ**お受けしております。



本サービスをご利用いただくには、介護事業者様が運営会社のサービスにお申込みいただく必要がございます。

ぜひ一度ご利用されている介護事業者様にご相談ください。

※大変申し訳ありませんが、現時点ではご利用者様からの直接のお申し込みはお受けしていません。



使用アプリ: ケアコチ

介護現場向け動画共有アプリ「ケアコチ」は、動画ならいつでも・簡単・正確に伝わるをモットーにしたアプリです。



運営会社: 株式会社エクサウィザーズ

AIを用いた
社会課題解決を通じて、
幸せな社会を実現する

お申し込みはこちらまで

※ iPad、iPhoneはApple inc.の登録商標です。※ iPhone商標は、アイホン株式会社のライセンスに基づき使用されています。