

# いきいき 暮らせる 終の棲家

札幌を見晴らす双子山の高台

森に抱かれ豊かに暮らす

スタッフ100人の手厚い体制



恵まれた環境のアイムス旭山公園



アイムス旭山公園の遊歩道にて撮影

〈アイムス旭山公園〉市民公開講座 2025

## 介護予防の専門家が語る 生涯続ける男女別リハビリ実践術

令和7年  
**5月10日(土)**  
アイムス旭山公園 2階多目的室  
参加費：無料  
事前申込制

病院や介護施設の現場で高齢者の方々の声に向き合ってきた専門家だからこそ語れる「続けやすい」「成果が出る」リハビリの工夫。それぞれの立場から、男女別の傾向とニーズに寄り添ったリハビリ実践をお届けします。

イベントは多彩に



撮影モデルは入居者様

アイムス旭山公園は、65歳以上でしたら、お元気な方から「要介護5」の方まで、ご夫婦でも入居お申込みいただけます。

ゆったり広め 二人部屋も58室



手厚い介護



看護師 24時間常駐



料金プラン例 <入居時年齢85歳以上の方> 1日3食の食費込み。居室タイプや入居時年齢によって料金が変動。詳しくはお問合せください。

- ◆Aタイプ・1人入居 (45.0m<sup>2</sup>) ①月払いプラン 332,860円/月 ②家賃前払いプラン 入居時の前払い11,900,000円+167,860円/月
- ◆Bタイプ・2人入居 (52.2m<sup>2</sup>) ①月払いプラン 480,920円/月 ②家賃前払いプラン 入居時の前払い16,200,000円+281,270円/月



## 健康寿命を ご存じですか？

健康上の問題で日常生活に  
制限のない期間のこと

男性

健康寿命 72.57歳

平均寿命 81.05歳 → その差は 8年

女性

健康寿命 75.45歳

平均寿命 87.09歳 → その差は 11年

イムス札幌リハビリテーション病院にて撮影

引用元：「健康寿命の令和4年値について」（厚生労働省、令和6年12月）



アイムス旭山公園

男  
性  
非  
常  
に  
長  
寿  
で  
は  
な  
い  
た  
だ  
く  
！  
（  
い  
い  
離  
れ  
で  
は  
な  
い  
た  
だ  
く  
！  
）



令和7年  
**5月10日土**

アイムス旭山公園 2階多目的室

参加費：無料

事前申込制

## 〈アイムス旭山公園〉市民公開講座 2025

# 介護予防の専門家が語る 生涯続ける男女別リハビリ実践術

電話で事前申込み

参加人数など登録。5月9日締切

13:00～

開場

13:30～14:00

〈第一部〉ウォームアップ

お  
薬  
し  
み

14:00～14:30

〈第二部〉アクティブラジカル

解  
散

14:30～15:45

ご希望の方 施設見学会

※アイムス人気のスイーツ等を試食予定ですので、事前予約をお願いします。

### 〈男性・女性〉身体機能の低下を招く“危ない話”

講師：塩原 貴之（しおばら たかゆき）

イムス札幌リハビリテーション病院  
リハビリテーション科医師

主な内容

- ・平均寿命と健康寿命の意味すること
  - ・データでみる介護予防の“明”と“暗”
  - ・簡単で難しい「歩く、食べる、楽しむ」
- ▶PT・OT・STが総合的に150人の道内最大級のリハビリ病院で「歩くこと・食べること・楽しむこと」をテーマに「一人一人の患者様ニーズに寄り添うリハビリ」を推進。
- ▶IMS（イムス）グループではリハビリテーション部門北海道ブロック長を兼務。公益社団法人北海道理学療法士会の札幌支部副支部長、札幌市の審議会メンバー等の要職も務める。



〈第一部〉ウォームアップ

### お元気な方から要介護の方まで リハビリは楽しもう！

講師：アイムス旭山公園  
リハビリ専任チーム

昇公輔（のぼり こうすけ）リーダーら  
いずれも有資格者のスタッフ4人

主な内容

- ・4つの事例（リハビリ継続の効果）
- ・言語聴覚療法をご存じですか？
- ・男性も、女性も、「自分らしく」
- ・“アルキメデス体操”的実演も

▶およそ100人が入居するアイムスでは、月間延べ1000回超の個別リハビリを実施。多い方で週10回以上。

▶集団リハは、お身体の状態やご自身の好みに応じて、7種・週20コマのメニューをご提供。



アイムスの場所  
ご存じですか？

札幌の街並みを一望できる贅沢な環境

札幌の街並みを一望できる高台に「アイムス旭山公園」はあります。敷地の広さは、実に14,200坪。緑に囲まれ、美しい景観が楽しめる贅沢な環境です。



施設見学も歓迎  
2人部屋もあり

講座申込みは〈アイムス旭山公園〉へ

**0120-973-600**

〒064-0946 札幌市中央区双子山4丁目3番8号

電話受付は午前9時から午後5時まで（無休）

ご見学希望は「入居相談室」が日程の調整・確定を担当

代表電話：011-642-5811 フax: 011-642-5812

（運営会社：株式会社ハンドベル・ケア 〒174-0041 東京都板橋区舟渡1-13-10 アイ・タワー3階）

私たちIMS（イムス）グループは、東日本を中心に病院や  
介護施設など約140施設を運営する医療福祉グループです。

IMSグループ

