お達者 +PLUS

いつまでも、
いきいきと暮らせる社会へ



サ高住・高齢者住宅向け｜差別化・満足度・選ばれる施設へ

お達者健診PLUS

― 入居者の「今」と「伸びしろ」を、5つの尺度でやさしく共有。

お達者健診PLUSは、入居者の老化の度合いや状態を多面的に見える化し、介護予防運動指導員による運動・生活支援へつなげることで、入居者満足とご家族の安心、そして施設の差別化を後押しします。

- 5角形レーダーチャートで状態を共有
- 介護予防運動指導員が現場を支援
- 運用に合わせたカスタマイズプラン作成

こんなお悩みはありませんか？

「入居者の老化の状態を知りたい」
個別の状態や変化を客観的に把握したい

「活動量の低下やフレイルが心配」
運動や社会参加のきっかけが必要

「ご家族への説明が難しい」
わかりやすい指標で安心を伝えたい

導入で期待できる効果

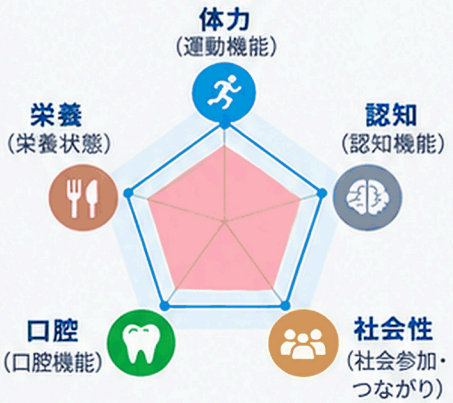
入居者のいきいきした暮らし
フレイル予防・生活機能の維持向上

ご家族の安心
客観的なデータで状態を共有

施設の付加価値向上
サービスの質向上と選ばれる施設づくり

お達者健診PLUSは 5つの尺度で「自分らしく生きる力」を見える化

5角形レーダーチャート（5つの尺度）



短時間・省スペースで実施でき、個別のフィードバックと継続支援につなげます。

- 入居者の状態をわかりやすく共有
- 運動・生活支援の計画に活用
- 継続測定で変化を確認
- ご家族への説明資料としても有効







導入までの流れ

1. **ご相談**
施設の課題・目的をお聞かせください。
2. **ご提案**
課題に合わせた実施プランをご提案します。
3. **実施**
測定・運動プログラムを実施します。
4. **フォロー**
結果のフィードバックと継続支援を行います。



お問い合わせ

一般社団法人 健康長寿支援センター
kenko-choju@otasshaplus.jp

お気軽にご相談ください。資料のご請求・オンライン説明も承ります。

お達者 +PLUS

健康で、
もっといい明日へ。