

65歳からの生涯フィットネス  
地域密着型デイサービス



# ココフレ

少人数制 入浴・食事なし  
運動に特化した3時間のデイサービスです



**見学・無料体験 随時受付中！！**

ココフレ

介護保険事業所番号 0990400483

住所：佐野市植野町1953-1 営業日：月曜日～金曜日

TEL：0283-55-5025 営業時間

FAX：0283-55-5645

午前の部 9:00-12:00

午後の部 13:45-16:45

祝日も営業しています

# ココフレの特徴

## 特徴① 機能回復につながる運動量の確保

＜週2～3日、1日40分以上の運動が及ぼす影響＞

- ・転倒・骨折リスクが66%減少
- ・総死亡及び心血管疾患や糖尿病などの発症リスクが17%減少
- ・認知機能低下の予防

研究報告あり！



そのため、ココフレでは1回の利用で60分以上の運動ができるメニューを準備しています。

## 特徴② 癒しメニューの充実



運動だけではなくリラックスもできるようにリラクゼーションのメニューも充実しています。マッサージチェアやホットパック、メドマーなどで疲れた身体を癒せます。

## 特徴③ リハビリ専門職による個別機能訓練



理学療法士が在籍しているため1人ひとりに合うリハビリを提供しています。持病や後遺症がある方も安心して運動することができます。

## 特徴④ 他職種との連携を大切に



利用者様の目標設定のためにご家族様やケアマネージャー様を始めとした他職種へ状態や経過などを密に情報共有します。

# 運動機器紹介

積極的に運動やりハビリをしたい方に！

## 自主練習メニュー マシン



### 自転車エルゴメーター

脚の筋力や持久力の向上を目指します  
背もたれがあるのでどなたでも安心して利用できます



### 油圧トレーニングマシン

5種類のマシンで全身の筋力向上  
や関節可動域の向上を目指します



### ランニングマシン

屋内で安全に歩行練習が行えるように  
ランニングマシンを設置しています  
最も手軽な有酸素運動です



### マルチホームトレーナー

全身運動が可能なマシンで  
主に関節可動域練習に使います  
肩こりなどにもおすすめです

# リラクゼーション機器紹介

ゆっくりリラックスして過ごしたい方も！



## マッサージチェア

乗り降りしやすいように  
コンパクトサイズのものを  
ご用意しております



## ホットパック (温熱マッサージ)

温熱に加えてリズミカルな振動  
によるマッサージ機能付き  
腰や脚を温めほぐします



## メドマー

空気圧で足全体を包み込み  
むくみ改善や血流の促進をします



## 脚温器

遠赤外線で足を芯から温める  
ズボンや靴下を履いたまま  
使用できます

# 施設紹介



無料

飲み物 & お茶菓子  
おかわり自由



# リハビリ専門職による マッサージ＆個別リハビリ



リハビリ専門職である理学療法士が常駐しており、専門職による個別リハビリを受けられます。一人ひとりに最適なリハビリを提供します。

経験豊富なスタッフが対応するため、手術後や脳梗塞などの後遺症がある方でも安心してリハビリに取り組めます。



## ココフレとは

はじめまして。  
株式会社ココフレです。

「ココフレ」には、“心に触れる感動を届けたい”  
そして“フレーフレー！と心にエールを送る  
存在でありたい”という想いが込められています。

私たちは、利用者さまが安心して健康づくりに取り組めるよう、充実した運動機器と、専門職による質の高いリハビリ環境をご用意しました。さらに、リラクゼーション機器も整え、心身のリフレッシュをサポートします。

「ココフレ」が皆さまの暮らしにそっと寄り添い、  
前向きな一歩を応援できる存在となれましたら幸いです。

# ご利用時の流れ

午前の部

9:00

送迎 ココフレ到着

バイタル測定

9:30  
ラジオ体操  
第一

10:30  
ラジオ体操  
第二

10:45  
口腔体操

自主練習  
個別  
リハビリ  
&  
マッサージ

12:00

送迎 帰宅

午後の部

13:45

送迎 ココフレ到着

バイタル測定

14:15  
ラジオ体操  
第一

15:15  
ラジオ体操  
第二

16:30  
口腔体操

自主練習  
個別  
リハビリ  
&  
マッサージ

16:45

送迎 帰宅

午前の部

午後の部

お好きな方を選べます！

# 施設案内

## 送迎について

対象エリアは佐野市内とさせていただき、すべての利用者様の送迎を承ります。  
詳しい送迎可能エリアについてはお問い合わせください。  
自走での通所の場合、エリアは関係なく通えます。



※送迎の組み合わせによりご希望に添えない可能性もありますのでご了承ください。

## 〈ご利用料金の目安〉 ※自己負担割合1割の場合

### 地域密着通所介護（3時間以上4時間未満）

要介護 1	: 416円/回
要介護 2	: 478円/回
要介護 3	: 540円/回
要介護 4	: 600円/回
要介護 5	: 663円/回

### 〈加算項目〉

個別機能訓練加算Ⅰイ	56円/回
個別機能訓練加算Ⅱ	20円/月
科学的介護推進体制加算	40円/月
介護職員処遇改善加算Ⅱ	9.0%
口腔機能向上加算Ⅱ	160単位/月2回

### A6通所型サービス独自

事業対象者	: 1,798円/月
要支援 1	: 1,798円/月
要支援 2	: 3,621円/月

### 〈加算項目〉

科学的介護推進体制加算	40円/月
介護職員処遇改善加算Ⅱ	9.0%
口腔機能向上加算Ⅱ	160単位/月

株式会社 ココフレ  
代表取締役 森 裕紀夫



### プロフィール

総合病院での臨床経験を経て、「個別性」を追求するために独立。  
現在も整体師として施術を行う傍ら、治療技術セミナーや養成校での  
講師活動、市民向け健康講座の講演活動など、医療・介護・教育分野において幅広く展開。

### 経歴・活動実績

2014年4月～20年	総合病院や介護老人保健施設にて理学療法士として勤務
2020年10月～	介護士養成校にてリハビリテーション科目 非常勤講師として勤務
2021年4月	リハビリ整体 歩っぽ 創業（2023年4月 合同会社歩っぽ 設立）
2025年4月	株式会社ココフレ 設立

### 創業の背景

理学療法士として急性期から終末期まで幅広く関わる中で、「予防」の重要性を痛感。整体院運営を通じて、高齢者にとっては“質”より“継続と頻度”が効果的であることを実感。予防を習慣化できる場の必要性を感じ、株式会社ココフレの設立に至る。

株式会社 ココフレ  
住所：〒327-0837  
栃木県佐野市植野町1953-1  
TEL：0283-55-5025  
FAX：0283-55-5645  
Mail：cocofure.sano@gmail.com

