

こんな方に通ってほしい

- ☒ リハビリや運動をしっかり行いたい。専門家のアドバイスが欲しい。
- ☒ 物忘れや理解力の低下が心配。脳トレにも真面目に取り組みたい。
- ☒ 自分のペースでプログラムに参加したい。

室内シューズは必要なし
動きやすい服装でお越しください。

ご利用にあたって

■ご利用料金 ※負担割合が1割の方

週1回のご利用で 月々 約**2,400～3,600円**

※利用料金は介護度、負担割合、利用回数によって変わります。

■営業時間 月曜～土曜日（祝日含む）

午前	午後
9:00-12:05	13:45-16:50

ご利用料金の詳細やサービスについては
ホームページをご覧ください。

<https://bbstudio.jp/>



「筋トレ」と「脳トレ」

半日トレーニング

その日の体調や気分に合わせて、自由に
プログラムを選ぶことが可能です！

自由選択制のプログラム

今日はしっかり
運動しよう！

or

疲れ気味だから
休もう！

マシンリハビリ

筋トレ

脳トレ体操

口腔プログラム

1日のながれ

午前の部	午後の部	
9:00	13:45	お迎え
9:15	14:00	健康チェック
9:30	14:15	各種プログラム
12:05	16:50	帰宅

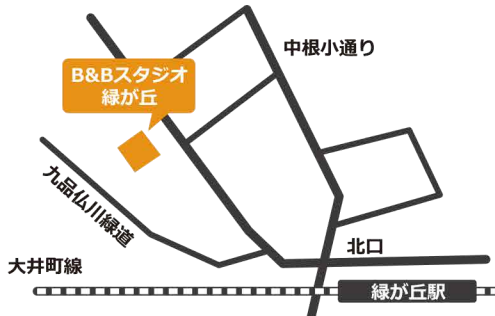
B&Bスタジオ 目黒本町店

東京都目黒区目黒本町5-16-17 1階
Tel: 03-6452-3167
Fax: 03-6452-3176



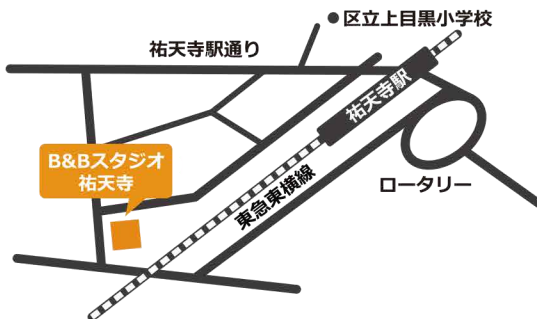
B&Bスタジオ 緑が丘店

東京都目黒区緑が丘1-23-6 1階
Tel: 03-6421-1617
Fax: 03-6421-1618



B&Bスタジオ 祐天寺店

東京都目黒区五本木1-32-25 1階
Tel: 03-5724-3267
Fax: 03-5724-3268



まだまだ元気な あなたを応援したい

無料見学
受付中
(送迎付)



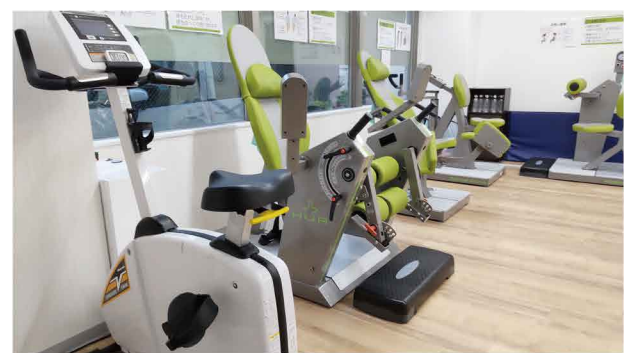
「筋トレ」と「脳トレ」

リハビリ特化型デイサービス

B&B Brain & Body
スタジオ

リハビリマシン HUR

地域最大級！フィンランド製の高齢者専用マシン
全8種類の運動が可能。利用者の症状に合わせて
より効果的な運動が期待できます。



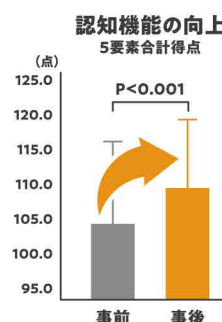
オリジナルの介護予防体操

トレーナーと一緒にやる様々な体操メニューは、
転倒予防、下肢筋力向上、姿勢改善、体力増進など、
利用者のニーズに合わせた目的別プログラムです。
さらに無料の運動テキストも充実しています。

自分に合った運動方法・運動量で 効果的なリハビリが期待できます

認知症予防プログラム

当社開発の「B&B体操」は、脳と体を同時に鍛える
プログラム。反射神経や集中力を高めます。さらに、
手指運動や口腔プログラムなど、
認知症予防に力を入れています。



脳トレプログラム

クイズ形式の
問題集もご用意
しています。

