

事業所	さくらガーデン	ふれあいクリニック	デイケアセンターさくら	白寿園デイサービスセンター				
連絡先	TEL : 57-8585 FAX : 57-8585	TEL : 68-6565 FAX : 68-8288	TEL : 62-0576 FAX : 62-0587	TEL : 68-2878 FAX : 68-7355				
担当者	川田 浩一 (管理者)	大田 和雄 (理学療法士)	前田 ゆみ (介護福祉士)	甲斐 裕二 (介護職員)				
	川田 理絵子 (介護福祉士)	江上 陽子 (介護福祉士)	田中 美香 (介護福祉士)	今井 哲也 (機能訓練士)				
	北岡 加代 (生活相談員)	松尾 百合江 (介護福祉士)	藤本 貴子 (介護士)	佐藤 智洋 (生活相談員)				
場所	さくらガーデン 機能訓練室 【西原町3丁目区】	ふれあいクリニック 通所リハビリA室【川後田区】	新生翠病院 会議室 【一紡区】	白寿園デイサービスセンター ホール・訓練室等【新生西区】				
開催日	月・木 (午前)	火・金 (午前)	火・木 (午前)	火・木 (午前) / 水・金 (午前)				
スケジュール	9:30~ 10:00	お迎え 健康チェック	10:00	バイタルチェック (健康チェック)	9:45	水分補給、健康チェック	10:00	送迎~会場到着 健康チェック
	10:15	予防体操 (ストレッチ体操)		全身体操	10:00	能力トレーニング		挨拶、「みんなの体操」 レクリエーション
		座位での体操、ボール運動	11:00	パワーリハビリ(機械運動)	10:15	ストレッチ体操		ストレッチ体操
		脳トレリズム体操、タオルや棒を使用した体操など		物理療法	10:30	歩行訓練、パワーリハビリ		筋力向上体操 温熱療法
	10:40	(10分休憩)		休憩	10:45	ラジオ体操、ミニリハビリ	12:00	昼食準備 昼食
	10:50	マシントレーニング ・個別トレーニング ・無酸素、有酸素運動	11:30	送迎	11:15	能力トレーニング確認	13:00	休憩、口腔ケア、趣味活動
	11:15	お茶の時間			11:30	送迎	14:20	機能向上体操
	11:30	頭の体操						歩行起立訓練
	11:50	健康(体調変化)チェック						脳トレーニング、カラオケ
	12:00	お送り					15:15	送迎
定員	10名	8名	10名	合計10名				
昼食	/			600円(希望者)				
入浴	/			500円(希望者)				
				14時20分~15時00分				
買物	11時15分~11時45分			/				
	利用者からの希望で決める							
持ち物	・タオル ・上履き (初回に持参し預けておく)	・タオル ・内服薬		【入浴希望者のみ】 ・タオル3枚 ・洗身タオル1枚 ・パンツ、肌着 ・ビニール袋、等				
備考	・買い物の際は、お茶の時間と合わせて時間調整を行います。 ・買い物場所は、可能な限りご希望を伺います。 ・買い物を利用しない人には、体操や頭の体操を行います。		・人数が少ない場合は、デイケアホールで行います。	・定員は両コース合わせて10名。 ・昼食や入浴を利用しない人は先に送迎します。 ・アレルギー等がある場合は事前にお知らせください。				

## ◆からだ元気教室(通所型サービスC)事業所一覧表 ※両面あり

最終更新日 : 2021年7月

事業所	デイサービスセンター雅		リハビリデイサービスnagomi 荒尾店			
連絡先	TEL : 57-9851 FAX:57-9852		TEL : 68-7540 FAX : 68-7541			
担当者	山中 剛志 (理学療法士)		江頭 央 (管理者)			
	大石 達平 (作業療法士)		坂井 美貴 (看護師)			
	前川 優子 (介護福祉士 生活相談員)		隅倉 幹子 (看護師)			
場所	デイサービスセンター雅 機能訓練室内 【大平町3丁目区】		リハビリデイサービスnagomi 機能訓練室 【水島区】			
開催日	月・木 (午前) / 火・金 (午前) / 水・土 (午前)		水・金 (午前)	水・金 (午後)		
スケジュール	9:30	会場到着 バイタルチェック	9:00	送迎～会場到着 バイタルチェック・健康チェック	13:45	送迎～会場到着 バイタルチェック・健康チェック
		準備運動 集団体操 個別訓練 (筋力増強運動・立位バランス運動等)	9:30	ストレッチ体操 (ここちヨガ)	14:15	ストレッチ体操 (ここちヨガ)
	10:30	休憩	10:30	ティータイム	15:15	ティータイム
		バイタルチェック		個別機能訓練 (生活機能訓練、 パワーリハビリ)		個別機能訓練 (生活機能訓練、 パワーリハビリ)
		マシントレーニング	11:15	筋力アップ体操 (イスdeエクササイズ)	16:00	筋力アップ体操 (イスdeエクササイズ)
		物理療法		・ボール、バンド運動、リズム クウォーク (週替わりメニュー)		・ボール、バンド運動、リズム クウォーク (週替わりメニュー)
	11:30	入浴	11:35	入浴される方 (希望者)	16:20	入浴される方 (希望者)
		昼食		ドリームの湯にて入浴		ドリームの湯にて入浴
		買い物 (水・木・金)		入浴しない方		入浴しない方
	12:30	バイタルチェック		休憩 (水分補給)		休憩 (水分補給)
		送迎		セルフケア		セルフケア
				・自宅でも簡単にできる 体操		・自宅でも簡単にできる 体操
				・生活動作訓練 (月替わりメニュー)		・生活動作訓練 (月替わりメニュー)
			12:15 送迎		17:00 送迎	
定員	各3名 計9名		6名	6名		
昼食	500円(希望者)					
入浴	料金	300円(希望者)	300円(希望者)			
	時間	基本は運動後、それ以外の時間を希望の場合は要相談	11時35分～12時15分(※)	16時20分～17時00分		
買物	時間	11時30分以降、移動販売が居る間				
	場所	移動販売 とくし丸				
持ち物	<ul style="list-style-type: none"> <li>・上履き【入浴希望者のみ】</li> <li>・バスタオル1枚</li> <li>・フェイスタオル2枚</li> <li>・着替え等</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>・タオル、飲み物 (水筒・ペットボトル等)【入浴希望者のみ】</li> <li>・タオル、バスタオル</li> <li>・着替え、洗面用具</li> <li>・ロッカー代 (靴箱・脱衣所 各100円ですが、利用後は返却されます)</li> </ul>			
備考	<ul style="list-style-type: none"> <li>・昼食や入浴を利用しない方は運動 (目的) が終わり次第送迎します。</li> <li>・買い物を利用しない方は昼食前になりますので自由時間となります。</li> <li>・買い物袋は持参ください。</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>・飲み物をお持ちでない場合は、1日210円で飲み物を提供することも可能です (料金は自費)。</li> <li>・入浴場所は荒尾温泉ドリームの湯大浴場です。</li> <li>・入浴代は毎回ドリームの湯券売機にてお支払いください。</li> <li>・入浴を希望しない方へは、追加のトレーニングメニューを提供します。</li> <li>・【※午前コースのみ】入浴時間を12:40まで延長することは可能です。(要相談)</li> </ul>			