

◎ご利用料金

要支援の方	要支援1 (単位)	要支援2 (単位)
	2,099 円/月 (2,099)	4,205 円/月 (4,205)

運動機能向上加算225円/月加算されます

要介護の方	要介護1 (単位)	要介護2 (単位)	要介護3 (単位)	要介護4 (単位)	要介護5 (単位)
	461 円/回 (461)	529 円/回 (529)	596 円/回 (596)	663 円/回 (663)	729 円/回 (729)

個別機能訓練加算(I)42円/回加算されます

*上記料金は、平成24年4月1日からの改定料金となります

◎ご利用案内

【定員】 午前10名/午後10名
【対象者】 要支援1・2の認定の方
要介護1～5の認定の方

ただし、上記認定度の方においても介助なしで立位保持が困難な方、認知症等で当施設で対応困難と判断させていただいた方は、申し訳ございませんがお断りさせていただく場合もございますので予めご了承ください。
詳細は生活相談員までご相談ください。

◎営業時間のご案内

営業時間：8:30～17:30

(水・土は8:30～12:30)

サービス提供時間：9:00～12:05

14:00～17:05

定休日：水曜日・土曜日の午後

日曜日・祝日・夏季・年始年末

施設見学 随時受付

お気軽にお問い合わせください。

◎施設のご案内



◎ご利用範囲

【サービスご利用対象地域】
三次市一部・庄原市一部

詳細は生活相談員または介護スタッフにお尋ねください。

◎美容サービスについて

カット：1,500円

カラー：3,000円

パーマ：3,000円

ご利用者様にはご希望に応じて、サービス提供時間外にカット、カラー、パーマを行っております。
詳細は介護職員・美容師 谷口までお尋ね下さい。
※一般の方は別料金にて受け入れ準備中です。

三次市指定通所介護・介護予防通所介護事業所

介護保険事業所指定番号：3471901052

いつまでも
自分らしく



TEL:0824-53-1170

FAX:0824-53-1171

〒728-0014 広島県三次市十日市南7-1-8

運営法人:合同会社和佳

◎ごあいさつ

「リハ&サロンR」は軽介護者を対象に、介護予防を中心とした短時間・少人数制の【筋力保持、向上型リハサロン】になります。身体機能の維持・向上を通じて充実した日常生活を送って頂けることを目的としております。

運動後にはご利用者様同士コミュニケーションの時間も大切にしており、心身ともに元気になって頂けます。

※入浴・食事サービスはございません。

特に運動メニューは東京都老人総合研究所が考案した高齢者向け運動理論 = *CGTを採用しており、ご利用者一人ひとりの運動機能(体力)にあったきめ細やかな運動メニューを作成することにより、多くのご利用者様に運動効果を実感していただくことを目指しております。

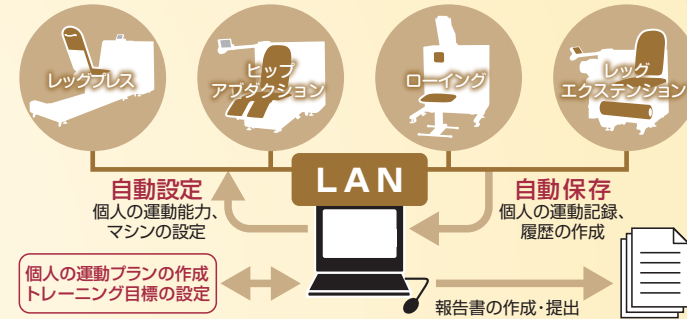
Comprehensive Geriatric Training *CGT: 東京都老人総合研究所の大淵修一先生が高齢者向けに考案した運動理論
【包括的高齢者運動トレーニング】



Reha & Salon ... R

利用者1人1人のデータを個別に作成・保存することができます。

4つのマシンをコンピュータに接続し、利用者個々の運動能力に即したマシンの設定を自動的に行うとともに、1人1人の運動記録や運動履歴を個別に自動保存(データベース化)することができる先進のトレーニングシステム、それが「リハトレーナー」です。このデータベースを基に、利用者1人1人の能力に合わせた運動プランを作成できるほか、筋力・動的バランス・静的バランス・柔軟性・歩行能力をレーダーチャート化した報告書を簡単に作成できるのも、「リハトレーナー」の大きな特長となっています。



◎設備のご案内

CGTのプログラムを内蔵した最新トレーニングマシン《リハトレーナー》を採用

背筋をシャキっと! ◆ローイング

- ★広背筋、菱形筋の強化。
- ★肩可動範囲を柔軟にさせます。

階段昇降の安定... ◆レッグエクステンション

- ★大腿四頭筋(太もも前面)の筋力強化。
- ★階段昇降の安定性、歩幅の広げなどの向上。

足腰筋力低下予防 ◆レッグプレス

- ★下肢全体の筋力を強化。
- ★立ち上がる、歩く、座るなどの基本動作に必要な筋力を向上させます。

ふらつき防止に... ◆ヒップアブダクション

- ★中殿筋(腰回り)の筋肉を強化。
- ★歩行時の安定性向上。

◎一日のスケジュール

午前	※入浴・食事サービスはございません。
8時30分	お迎え開始(ご自宅までお迎え)
9時00分	到着後 健康チェック
9時30分	準備体操(軽ストレッチ) リハビリトレーニング 個別プログラム(マシン利用) ティータイム
12時05分	お見送り・ご帰宅
午後	※入浴・食事サービスはございません。
13時30分	お迎え開始(ご自宅までお迎え)
14時00分	到着後 健康チェック
14時30分	準備体操(軽ストレッチ) リハビリトレーニング 個別プログラム(マシン利用) ティータイム
17時05分	お見送り・ご帰宅