

「リハビリ型デイサービス 一真会」は介護予防、自立支援、介護軽減を目的にした
 半日入替型リハビリ施設です。マシントレーニングを中心にした運動メニューに加え
 レクリエーション等を取り入れて、充実した時間をお過ごしいただけます。

ご利用案内 (定員10人)

対象者

- 要支援 1・2 の認定の方 ● 要介護 1～5 の認定の方
- 上記認定の方においても介助なしで
 立位保持が困難な方。
 認知症などで、当施設での対応困難と
 判断させて頂いた方は、
 お断りさせて頂く場合があります。予めご了承下さい。
- 詳細は生活相談員までご相談下さい。



- 営業時間 / 8時30分～17時30分
 サービス提供時間 / 9時～12時10分、14時～17時10分
- 休業日 / 土・日曜日、ゴールデンウィーク、お盆、年末年始

8月1日オープン予定

リハビリ型デイサービス



〒341-0018 埼玉県三郷市早稲田 2丁目16-10
 プリモコリーナ 1階

TEL:048-950-3770
FAX:048-950-3771

施設への交通案内



介護予防で いつまでも 元気に 朗らかに！



8月1日オープン予定

リハビリ型デイサービス





元気アップ!

① 半日型デイ ※入浴・食事サービスはありません。

- 午前と午後の2部
- 機能訓練中心

② リハビリ特化型

- 科学的根拠に基づいたリハビリプログラム
- 一人ひとりにあったトレーニングプログラム

③ 目で見えてわかる運動結果

- 一人ひとりの運動記録と運動実績が毎月発行
- 毎日のトレーニングに目的が持てる



1 腰まわりの筋肉を強化する
ヒップアブダクション

- ・転ばぬ先の中殿筋
- ・転ばない体を作りましょう
- ・ふらつき防止の転倒予防



2 下肢全体の筋肉を強化する
レッグプレス

- ・自分の体をしっかり支える筋力づくり
- ・杖を使わずに自分の足で
- ・しっかり歩ける筋力づくり
- ・介助いらずの脚力づくり

3 大腿四頭筋の筋力を強化する
レッグエクステンション

- ・段差だって軽々超える筋力づくり
- ・バスの乗り降りも楽になる



4 広背筋・菱形筋を強化する
ローイング

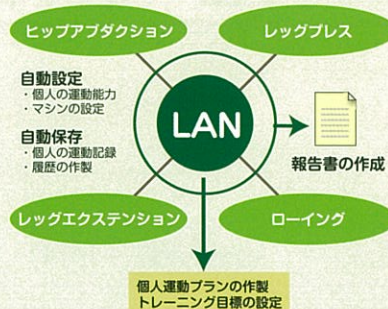
- ・猫背防止
- ・背筋を伸ばして楽しい散歩
- ・猫背撃退筋肉増強マシン

自らのライフスタイルを楽しみながら、筋力アップができる

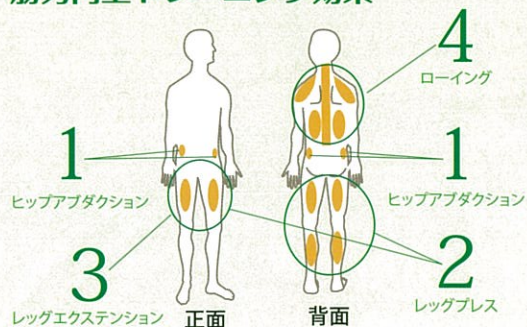
運動機能支援プログラム
CGT「リハトレーナー」

「リハトレーナー」は、東京都健康長寿医療センターが提唱する「包括的高齢者運動トレーニング理論」(Comprehensive Geriatric Training=CGT)に基づいた運動プログラムです。

介護予防自動筋力トレーニングシステム図



筋力向上トレーニング効果



ご利用料金 (利用者様のご負担金額です)

要支援の方 1ヶ月の自己負担額		要介護の方 1回の自己負担額	
要支援1	2,145円/月	要介護1	471円/回
要支援2	4,296円/月	要介護2	541円/回
		要介護3	609円/回
		要介護4	678円/回
		要介護5	745円/回
運動器機能向上加算 229円/月が 加算されます。		個別機能訓練加算(Ⅰ) 43円/回が 加算されます。	

1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 ご歓談タイム
9時30分	①準備体操(イスに座って) ②リハビリトレーニング: 個別プログラム(マシン利用) ③レクリエーション・趣味活動 ④ティータイム
12時10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。

1時30分	お迎え開始(ご自宅までお迎え)
2時00分	到着後 健康チェック ご歓談タイム
3時30分	①準備体操(イスに座って) ②リハビリトレーニング: 個別プログラム(マシン利用) ③レクリエーション・趣味活動 ④ティータイム
5時10分	お見送り・ご帰宅