

サービス内容

■ 少人数制

定員10名。少人数制。

■ 1日約3時間の二部制

午前9:00～12:00、午後2:00～5:00

1日約3時間、午前の部と午後の部の二部制です。

※入浴・食事等のサービスはありません。

■ 目的に合わせたプログラム

身体能力に合わせて、個別のプログラムで実施いたします。

■ 送迎システム

ご自宅と施設の往復はスタッフが送迎いたします。

ご利用条件

- 対象者 要支援1・2認定の方
要介護1～3認定の方

詳細につきましては、スタッフまでご確認ください。

ご利用料金

要支援の方		要介護の方	
1ヶ月の自己負担金額		1回の自己負担金額	
要支援1 (単位)	2,128円/月 (2099)	要介護1 (単位)	468円/回 (461)
要支援2 (単位)	4,264円/月 (4205)	要介護2 (単位)	536円/回 (529)
運動器機能向上加算 円/月		要介護3 (単位)	604円/回 (596)
		要介護4 (単位)	672円/回 (663)
個別機能訓練加算(Ⅰ) 円/月		要介護5 (単位)	739円/回 (729)

※上記料金は、平成24年4月1日からの改定料金です。

見学体験(無料)随時受付
お気軽にご相談ください。



介護予防通所介護事業所
介護保険事業所指定番号：1070204472

◇ 営業時間のご案内

【営業時間】午前8:30～午後5:30
【定休日】土曜日・日曜日・祝日

リハビリ型デイサービス

特定非営利活動法人 **クマノミ常盤町**

〒370-0816 高崎市常盤町133-1セントラルハイツ205

TEL.027-388-1216

介護保険事業所指定番号：1070204472

リハビリ型 デイサービス

NPO **クマノミ常盤町**



いつまでも若々しく
ますます元気に!!

機能訓練型 介護保険 施設

ごあいさつ

リハビリ型デイサービス特定非営利活動法人クマノミ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【機能訓練型デイサービス】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。

トレーニングマシンを使用した運動メニューから趣味活動など、幅広く利用者様にご満足いただけます。

※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、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、多くの利用者様の運動効果を実感していただくことを目指しております。

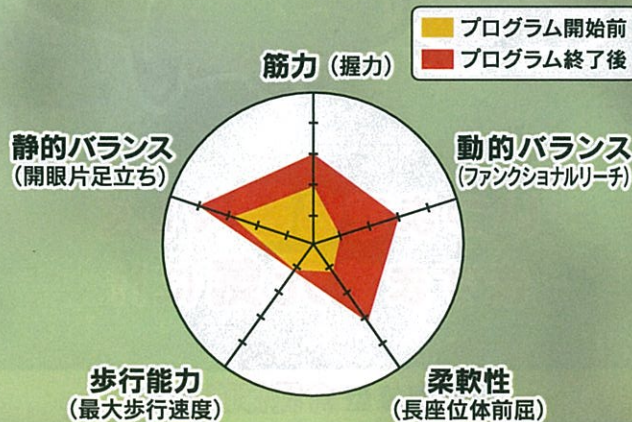
※CGT：東京都老人総合研究所の大淵修一先生が高齢者向けに考案した運動理論

【包括的高齢者運動トレーニング】

※運動に自信のない方には個別で計画を作成いたします。

リハビリ訓練効果(例)

ケアマネージャーさんとご本人3ヶ月毎にご報告いたします。



1日の流れ

午前の部 9時～12時		午後の部 2時～5時	
8:30	お迎え開始	1:30	
8:45	ご自宅までお迎え	1:45	
9:00	健康チェック 談話タイム	2:00	
9:30	準備体操(椅子に座って) リハビリトレーニング 整理体操 レクリエーション	2:30	
12:00	ティータイム	5:00	
12:10	ご帰宅	5:10	

※基本スケジュールです。諸事情により時間が異なる場合がありますのでご了承ください。



ご利用者様の個人の身体能力・目的・趣味趣向にあわせて生活相談員を中心に、看護師等ノウハウをもつスタッフが適切にプログラムを実施します。

運動設備

CGT(=包括的高齢者運動トレーニング)に基づく最新トレーニングマシン「リハトレーナー」を採用

特徴1

コンピュータ管理により個人の能力・目的に合わせ、きめ細かな運動メニューを設定できます。

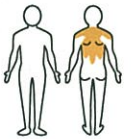
特徴2

3ヶ月ごとに運動効果報告書が提出され、効果を数値で確認することができます。

猫背防止

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。



足腰筋力低下予防

レッグプレス

- ◎下肢全体の筋肉を強化。
- ◎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。



階段昇降の安全性

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。



ふらつき防止

ヒップアブダクション

- ◎中臀筋(腰回り)の筋肉を強化。
- ◎歩行時の安定性向上。

