

## ごあいさつ

社会福祉法人一燈園が、別府市馬場1組-6、つるりん通り商店街に開設いたしますリハビリ特化型デイサービス「つるりん通り一燈園」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、午前・午後の二部制**の【機能訓練特化型デイサービス】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、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ご利用者の皆様にご満足いただけるようなプログラム作りを行っております。

※入浴・食事サービスはございません。

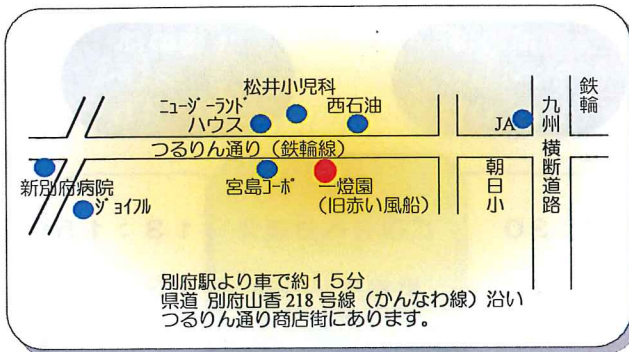
特に運動メニューは東京都老人総合研究所が考案した高齢者向け運動理論＝※CGTを採用しており、ご利用者一人ひとりの運動機能（体力）にあっただきめ細やかな運動メニューを作成することにより、多くの利用者様に運動機能向上効果を実感して頂くことを目指しております。

※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包括的高齢者運動トレーニング。個人毎に運動計画を作成いたします。

ころばぬ先の体づくり教室、つるりん通り一燈園に、まずはお気軽にお越し下さい。スタッフ一同心よりお待ちしております。



## 施設ご案内



## 営業時間のご案内

- 【定休日】 土曜日・日曜日  
12月31日～1月3日  
※祝日も営業いたします。
- 【営業時間】 8:00～17:30
- 【サービス提供時間】  
午前の部 8:45～12:00  
午後の部 13:30～16:45

◇ お問い合わせはお気軽に  
リハビリ特化型デイサービス  
つるりん通り一燈園

〒874-0847

大分県別府市馬場1組-6

0977-24-6633

FAX 0977-24-6634

社会福祉法人 一燈園  
通所介護事業所

リハビリ特化型デイサービス

つるりん通り  
一燈園

平成25年4月1日開設

大分県指定通所介護事業所



## ご利用案内

【対象者】介護保険にて

◇要支援1・2と認定された方

◇要介護1～5と認定された方

ただし、ご利用に際して、介助無しでリハビリ機器に移乗が困難な方、また通所介護計画や機能訓練計画書をご理解されない方、同意が得られない方についてはサービス提供出来ない場合がございますので、あらかじめご了承下さい。詳しくは生活相談員までご相談下さい。

## ご利用料金（基本サービス料）

要支援の方  
1ヶ月の自己負担

要支援1（単位）  
2,099円/月

要支援2（単位）  
4,205円/月

要介護の方  
1回の自己負担

要介護1（単位）  
461円/回

要介護2（単位）  
529円/回

要介護3（単位）  
596円/回

要介護4（単位）  
663円/回

要介護5（単位）  
729円/回

※予防通所介護運動器機

能向上加算 225円

※通所介護個別機能訓練

加算Ⅰ 42円

※他にサービス提供体制加

算・処遇改善加算Ⅰ等の

加算がございます。

詳しくは契約時にご案内をいたします。

## スケジュール

午前の部  
8:45～  
12:00

午後の部  
13:30～  
16:45

8:30	ご自宅へお迎え	13:15
8:45	健康チェック ご歓談タイム	13:30
9:15	軽ストレッチ （準備体操） 個別運動プログラム （リハトレナー） 個別リハビリ指導 スリング運動 （レッドコード） 整理体操 ティータイム	14:00
～		～
12:00	ご帰宅 お疲れ様でした	16:45

## ご準備

- ◇運動できる服装
- ◇館内用シューズ
- ◇汗拭きタオル 等



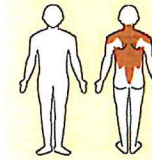
レッドコード  
トレーニング

## 運動設備ご案内

CGTのプログラムを内蔵した

最新トレーニングマシン「リハトレナー」を採用

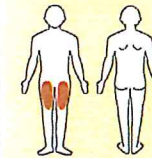
### 猫背防止 ローイング



- ★広背筋・菱形筋強化
- ★肩可動範囲を柔軟にさせます



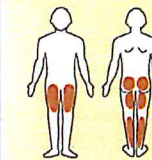
### 階段昇降の安定性 レッグエクステンション



- ★大腿四頭筋の筋力強化



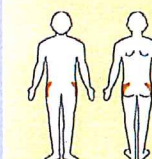
### 足腰筋力低下予防 レッグプレス



- ★下肢全体の筋力を強化



### 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
- ★歩行時の安定性の向上

