

「リハビリデイサービス なめがわ」はこんな施設です



- ◆ 対象となる方 : 要支援・要介護認定を受けている方
総合事業対象者の方
軽度のサポートで「身の回り動作」が行える方
※ご利用の際は、担当の介護支援専門員（ケアマネージャー）の調整が必要です
- ◆ サービスの内容: ① **マシントレーニング**
介護予防に適した専用マシンを活用し、お一人おひとりの体力に合った、運動プログラムをご提供いたします。
② **介護予防体操**
運動前後にウォームアップ・クールダウンを行います。皆で楽しく体操をしましょう。
③ **自主トレーニング**
体力に合った個別プログラムを専門のスタッフが作成いたします。ご自分の健康状態に合わせて実践していただきます。
- ◆ サービス提供地域: 滑川町、東松山市、嵐山町
- ◆ 定員数 : 午前 20 名（総合事業・要支援の方）、午後 20 名（要介護の方）



ご利用のイメージ

要支援・総合事業対象者の方

要介護の方

午前	
8:30～	お迎え
9:30～	健康チェック
	運動プログラム
	介護予防体操
	休息・水分補給
11:30～	お送り

午後	
12:30～	お迎え
13:00～	健康チェック
	運動プログラム
	介護予防体操
	休息・水分補給
16:10～	お送り

送迎あり

給水器完備

個人ロッカーあり

リハビリ機器の紹介



◆レッグプレス

太もも前部と後面の筋肉の強化する事により立ち上がりのし易さに繋がります。



◆レッグエクステンション

太もも前部の筋肉を強化する事で歩行の安定性が得られます。



◆ヒップアブダクション

股関節の外側の筋肉を強化する事で歩行時の横方向への安定性を高めることができます。



◆ローイング

正しい姿勢を保持する為に必要な筋力を鍛えることができます。



◆自転車運動（2機種）

無理なく有酸素運動が行えます。乗降のし易さを考慮しリカンベントタイプもご用意しております。



◆トレッドミル

室内で一定速度でウォーキングが行えます。足の振出練習、有酸素運動に繋がります。

編集後記

初心忘るべからず。いつまでもフレッシュな気持ちで皆様をお迎えしたいと思います。今後は広報誌やブログを通じて色々な情報を発信していきます。平岡



リハビリデイサービス なめがわ



〒355-0811

埼玉県比企郡滑川町大字羽尾 1041-7

TEL0493-81-3505/FAX0493-81-3529

リハビリデイサービス なめがわ <https://www.kokoro.or.jp/rehabilitaday/>

「リハビリデイサービス なめがわ」を開設いたしました

リハビリデイサービス なめがわ

管理者 平岡 勝己

「暑さ寒さも彼岸まで」とはよく言ったものです。秋分の日を境に涼しさが増し、爽やかな秋の本番を迎え、過ごしやすい日が続いています。例年ですと秋祭りや地域の産業祭などが催され人々の笑顔と活気が溢れるこの時期ですが、今年に限ってはそのような賑やかで楽しい場でも自粛ムードでマスク姿が多くなると思うと少し寂しく感じられます。

さて、なめがわ地域 福祉支援センターの7月発行の広報誌でもご紹介させていただきましたが、2020年10月1日、当センター1階にて「機能訓練特化型デイサービス」を開設する運びとなりました。5月に着工をし、長雨や新型コロナの影響で外装や資材入荷の遅れもあり一時は開所が心配されましたが、9月中旬に無事完成いたしました。ご尽力くださった施工関係者の皆様、本当にありがとうございました。

当デイサービスは午前のみ、午後のみといった半日単位でのご利用となります。

「はつらつと・自分らしく・たのしく」をモットーに、利用者様が主体的に運動が行えるようサポートをして参ります。介護予防に適した筋力トレーニング機器（4機種）や無理なく有酸素運動が行える機器（3機種）を導入し、一人ひとりの体力に合った運動負荷量を設定して無理なく運動が行えるようサポートをさせていただきます。また、コロナ禍においても安心して運動をする事ができるよう、室内の換気をはじめリハビリ機器の消毒等を徹底して行います。

何分、開設したばかりの事業所です。至らぬ点等あるかとは存じますが、地域の皆様や関係各所の皆様と連携を図りながら前に進んでいきたいと思っております。今後ともご指導、ご鞭撻の程宜しくお願いいたします。



この看板が目印です。



右手は事務室です。遠慮なくお声掛けください。



機能訓練室に設置されたリハビリ機器。



鏡でご自分のフォームを確認しながら運動が行えます。

お問い合わせ先：なめがわ地域 福祉支援センター内1階 リハビリデイサービス なめがわ

TEL：0493-81-3505 FAX：0493-81-3529 担当：池田、平岡