



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



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



チャレンジを応援します！

リハビリデイサービス なめがわ

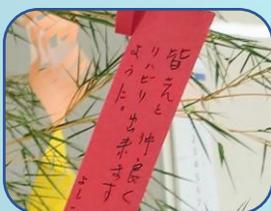
管理者 平岡 勝己

時折見せる真夏のような日差しに梅雨明けをしたかと錯覚してしまいます。少し高く思える空が本格的な暑さの到来を感じさせます。

さて、このコロナ禍で開催が危ぶまれた東京オリンピック。まさかこのような状況下でその開催を迎えるとは誰が想像できたでしょう。約8年前の開催国決定で日本人のおもてなし文化がクローズアップされましたが、初めての新型コロナ禍でのオリンピックで私たちに来れるおもてなしは、まずは個人のレベルで手洗いや手指消毒などの感染対策を徹底し感染症を拡大させない事だと思います。各国選手の活躍でいつもより暑い夏になりそうです。静かに熱いエールを送りたいと思います。

先日、書類の整理をしていると丁度1年前の写真を見返す事がありました。リハビリデイサービスなめがわの増築部分（事務所側）の基礎に鉄骨が打ちこまれ各スペースの区分けができた頃の写真を眺め、当時の事を色々思い出しました。施工業者の方に断りを入れ、むき出しのコンクリートの上に良く足を運びました。「ここに机を置いて・・・」、「このスペースにはキャビネットを置いて・・・」と色々思案したものです。そして、夕方のガランとした機能訓練室では、「介護予防に特化した機械を設置して、楽しい雰囲気の中、利用者様と体を動かすことができれば良いなあ・・・」などと良く頭の中で想像を膨らませました。果たして、その頃、描いていた青写真どおりになっているのでしょうか。ここでもう一度、初心に立ち返り、提供させていただいているサービス内容が本当に利用者様のご要望に沿っているのかどうか見直したいと思います。

このコロナ禍で行動自粛やイベントの規制によりご自身の活動範囲が狭くなってしまった方は多くおられると思います。今まで当たり前のように出来ていた事がしづらくなったり、発揮する場面が少なくなったり・・・。なんだか元気であることが難しい時代となってしまったような気がします。「最近あまり体を動かしていないなあ・・・」。そんな時にぜひ思い出してほしいのがリハビリデイサービス なめがわです。体を動かせば心も動きます。心が動けば、何かにチャレンジしたくなります。そのような気持ちを応援するのが私たちの役目です。どうぞよろしく願いいたします。





興味津々ね！

「リハデイ なめがわ」へようこそ ～ 潜入取材 第2弾 ～

Q どのようなデイサービスですか？

A 機能訓練に特化した**半日型**のデイサービスです。利用定員は午前・午後各**20名**ずつですが、**午前が要支援と総合事業対象者の方**が対象で約2時間、**午後は要介護の方**が対象で約3時間のサービスです。送迎サービスはございますが、**食事・入浴の提供はございません**。半日は家の仕事や自分の時間を大切にしたいという方に適したサービスになっております。「楽しみながら自分らしく」をモットーに掲げています。

Q 見学や体験はできますか？

A はい、承っております。その日の健康状態を確認させていただき、実際にマシンを使った運動を体験できます。入館前には**検温、マスク着用、手指消毒**のご協力をいただいております。尚、見学や体験は**送迎サービスがございません**。お車で来所された際は当事業所駐車場（無料）をご利用ください。事前にご連絡をいただければスムーズにご案内ができます。連絡先は下部「お知らせ」欄をご参照ください。

Q どのくらいの運動量なのですか？

A 初回ご利用時の際、簡単な体力測定をさせていただき、機能訓練指導員とリハビリ専門職がお一人おひとりの体力に合わせた運動メニューや運動負荷を考案いたします。リハビリマシーンは足と体幹を中心に鍛える事ができる介護予防に特化した4機種以外に、2種類のアロバイク、トレッドミルという歩く練習が行える機器をご用意しております。各機種概ね**10分間程の運動**となります。利用中は連続して運動をしているわけではありません。一つの種目が終わりましたらご自分のお席に戻り休憩をし呼吸状態を整えていただきます。そのタイミングで水分補給もお勧めしています。

運動の合間には・・・



脳トレ（脳活性化トレーニング）



紙細工など

スケジュール



ご自宅までお迎え

施設で送迎車を用意していますのでお車の心配がありません。交通状況により時間の前後があります。



体調チェック

健康チェックを行い運動実施に問題がないか確認します。運動後に測定する事もあります。



介護予防体操

ストレッチや柔軟体操をし、運動を行いやすい体の状態にします。これだけでも体がポカポカになります。



機能訓練

リハビリマシーンにて運動です。運動負荷はスタッフがセットします。自主トレも応援いたします。



お送り

ご自宅までお送りするので、安心してご利用いただけます。

利用者様の声



一生懸命運動をしています。来るのが楽しみです。で待ち遠しいです。



頑張って運動して、歩くスピードを少し速くしたいです。



歩く時に少しでもふらつきをなくせるように頑張っています。

※利用者様の掲載許可をいただいております

お知らせ



見学・体験を随時受け付けております。下記の電話番号に遠慮なくお問い合わせください。

☎0493-81-3505 担当：平岡、池田

編集後記



マスクと共に2回目の夏越しですね。マスク着用時は体内に熱がこもりやすく熱中症が心配されます。水分補給だけでなく周りに人がいない事を確認してゆっくり深呼吸をしてみましょう。気分もリフレッシュできますよ。 担当：平岡