

サービス内容

*営業時間：月曜日～土曜日

祝祭日も営業します

*休業日：日曜日、年末年始（12/29～1/3）

※荒天や不可抗力による臨時休業の場合もあります。

*定員：午前コース…7名/午後コース…7名

*送迎：軽自動車1台

※送迎範囲については別途お尋ねください

【参加に適した方】

*要介護認定で要支援1・2、および要介護1・2と判断された方

*立位保持が可能で、マシン操作が理解できる方

*入浴・運動制限のない方

*最近6か月以内に心臓発作・脳卒中・その他疾病による入院がない方

弥生高齢者在宅サービスセンター 最新情報はコチラ！

ホームページ

<http://yayoi.foryou.or.jp/work.php?id=w015>

ツイッター

<https://twitter.com/yayoinosono-day>

ブログ

『sonoデイのブログ』

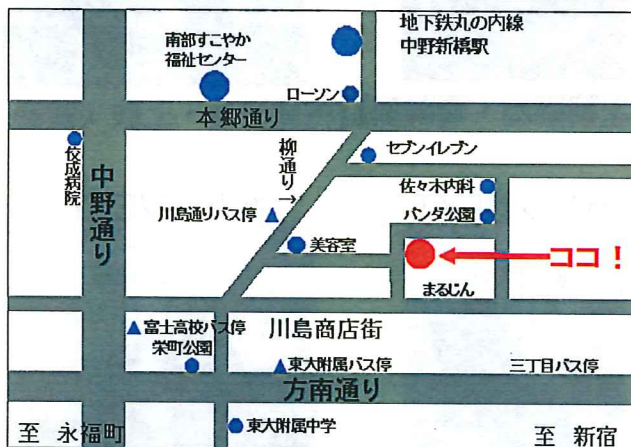
<http://ameblo.jp/yayoinosono-day>

弥生の園

検索

アクセス

東京メトロ（丸ノ内線）中野新橋駅より徒歩



164-0013 東京都中野区弥生町3-33-8

TEL 03-3370-9841

FAX 03-3370-8362

送迎付き見学、随時受付中♪
お気軽にお問い合わせください！

ご利用料金

*ご利用料金は目安です。
滞在時間により多少前後
する場合がございます。

要介護度	ご利用料金(10割)	介護保険適用時 ご利用料金(1割)
要支援1	22690円	2269円
サービス体制強化加算Ⅱ	259円	26円
要支援2	45456円	4545円
サービス体制強化加算Ⅱ	518円	52円
事業所評価加算	1297円	109円
運動器機能向上加算	2432円	244円

※要支援の方は1ヶ月単位の料金となります。

要介護1	4324円	433円
要介護2	4940円	494円
要介護3	5556円	556円
要介護4	6172円	618円
要介護5	6788円	679円
サービス体制強化加算Ⅱ	64円	7円
個別機能訓練加算Ⅱ	540円	54円

※要介護の料金は「3～5時間」の料金にて表記しています。

※処遇改善加算Ⅰ（ご利用総単位数に1.9%乗じた額）を
を頂きます。

弥生高齢者在宅サービスセンター
～健康クラブ（短時間デイサービス）～

For You
健康づくり
仲間づくり
生きがいづくり



社会福祉法人 奉優会

健康クラブ(短時間デイサービス)って?

住み慣れた地域で継続して暮らせるよう「介護予防」に重点をおいた、短時間デイサービスです。専用のマシンを使用し、ご利用者1人1人に合った機能訓練を実施することで、ご利用者それぞれの生活レベルの向上を図ります。マシントレーニング以外にも、座位体操・マット運動・セラバンド体操・ボール体操等、様々な体操を行っております。

※マシンを使用するには、「主治医の意見書(運動許可書)」が必要になります。
※最近6か月以内に心臓発作・脳卒中・その他疾病による入院ある方はご遠慮頂きます。

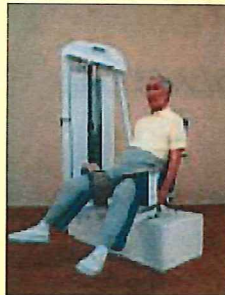


健康クラブが目指す“健康”

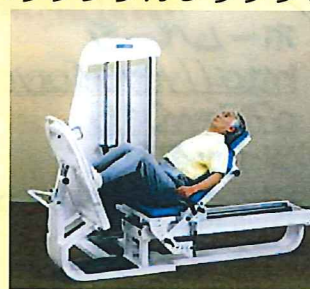


マシントレーニングの種類

①ヒップアダクション ②ホリゾンタルレッグプレス



【姿勢・立位バランス】



【立ち上がり動作改善】

③チェストプレス



【上腕筋力・肩関節】【円背改善・上肢(背筋)】

④ローイング

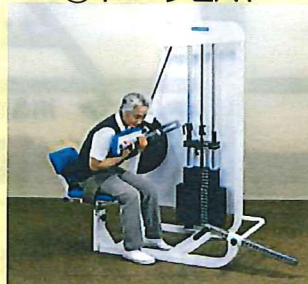


⑤レッグEXT



【立位・歩行の安定】

⑥トorsoEXT



【着座動作・姿勢改善】

3か月毎に訓練内容の評価・見直しをすることで、ご本人に合ったプログラムを提供します。

センターでの過ごし方

午前
コース
9:00

外出プログラムも
大好評♪

午後
コース
13:00

送迎

送迎車でご自宅までお迎えに上がります。送迎時間についてのご希望は相談させていただきます。

9:30 バイタルチェック 13:30

ティータイム・談話

看護師による血圧・体温・脈拍の確認です。その日の体調に応じてプログラム内容を決定いたします。

10:00 14:00

座位体操・マット運動

椅子に座りながらできる体操です。曜日によっては、マット運動やウェイトトレーニング・ボール体操等、ご利用者の希望や状態に応じて様々なプログラムを提供致します。

11:00 マシントレーニング 15:00

マシンを使用し、ご利用者1人1人に合った機能訓練を実施いたします。

12:00 送迎 16:00

送迎

送迎車でご自宅までお送り致します。

