

ご利用料金

要支援の方 1ヶ月の自己負担金額 要支援1 395円/回 (4回以上1,722円) 要支援2 407円/回 (8回以上3,529円) 運動器機能向上加算 231円/月	要介護の方 1ヶ月の自己負担金額 要介護1 (426単位) 446円/回 要介護2 (488単位) 510円/回 要介護3 (552単位) 577円/回 要介護4 (614単位) 642円/回 要介護5 (678単位) 709円/回 個別機能訓練加算 (I) 48円/回
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

※介護職員職員処遇改善加算 I 所定単位数の5.9%
 ※上記料金は、平成27年4月1日からの改定料金となります

ご利用案内

定員	午前10名／午後10名
対象者	・要支援1・2 ・要介護1～5 事業対象者の認定の方

ただし、上記認定度の方においても介助なしで立位保持が困難な方、認知症等で当施設の対応困難と判断させていただいた方は、申し訳ございませんがお断りさせていただく場合もございますので予めご了承ください。詳細は管理者または生活相談員までご相談ください。

営業時間のご案内

営業時間	8:30～17:30
サービス提供時間	午前： 9:15～12:15 午後： 13:30～16:30
休日	日曜日、12/31～1/3

施設のご案内



ご利用範囲

サービスご利用対象地域

平塚市：明石町、出縄、入野、入部、追分、大原、上平塚、公所、黒部ヶ丘、河内、御殿、桜ヶ丘、新町、葦平、諏訪町、袖ヶ浜、高根、高村、立野町、達上ヶ丘、唐ヶ原、徳延、豊田本郷、豊原町、中里、中原、中原中宿、中原下宿、長持、撫子原、虹ヶ浜、錦町、根坂間、花水台、東中原、平塚、広川、富士見町、紅谷町、松風町、纏、万田、見付町、南原、桃浜町、龍城ヶ丘、山下
 詳しくは管理者または生活相談員お尋ねください。

1日のご利用が希望の方

【デイサービス リハ日和 南原店】では1日のご利用が可能です。
 詳しくは南原店までお問い合わせください。
 〒254-0065 神奈川県平塚市南原3-8-10
 TEL:0463-37-2880

平塚市指定 地域密着型通所介護：1492000292

デイサービス
リハ日和
 mini

TEL：0463-33-7622
 FAX：0463-33-7623
 〒254-0054
 神奈川県平塚市中里45-1
 一剣中里ビル1-D

デイサービス
リハ日和
 mini



いつまでも自立した生活を…

元気に笑顔に リハ日和



見学体験利用随時受付
 お気軽にお問い合わせください。

ごあいさつ

デイサービス リハ日和 mini 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【リハビリ専門デイサービス】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。

運動後にはご利用者様同士コミュニケーションの時間も大切にしており、心身ともに元気になって頂けます。

※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健康長寿医療センターが考案した高齢者向け運動理論＝*CGT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、多くのご利用者様に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：東京都健康長寿医療センター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】

3つのメリット

半日型デイサービス

- 午前と午後の2部制
- 食事、入浴サービスはありません

機能訓練(運動)特化

- 科学的根拠に基づいた運動プログラムを採用

運動効果の見える化

- 体力測定評価(レーダーチャート作成)
- マシンによるスムーズ度表示

一日のスケジュール

[午前の部] 午前 8:45~12:15
[午後の部] 午後 13:00~16:30

8時45分 お迎え開始
13時00分



9時15分 到着後
13時30分 バイタルチェック



9時45分 準備体操
14時00分 リハビリトレーニング
個別プログラム(マシン利用)
ティータイム



12時15分 お見送り
16時30分 ご帰宅



設備のご案内

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。



ふらつき防止に

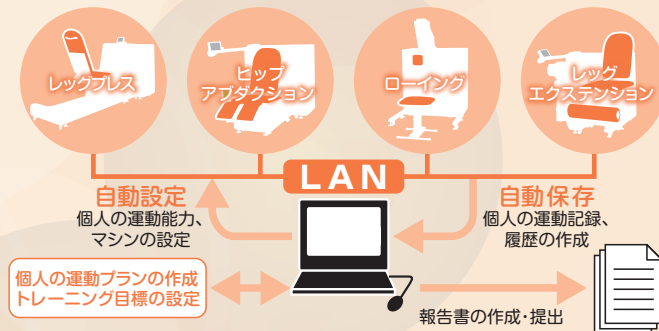
◆ヒップアブダクション

- ★ 中殿筋(腰回り)の筋肉を強化。
- ★ 歩行時の安定性向上。



利用者1人1人のデータを個別に作成・保存することができます。

4つのマシンをコンピュータに接続し、利用者個々の運動能力に即したマシンの設定を自動的に行うとともに、1人1人の運動記録や運動履歴を個別に自動保存(データベース化)することができる先進のトレーニングシステム、それが「リハトレーナー」です。このデータベースを基に、利用者1人1人の能力に合わせた運動プランを作成できるほか、筋力・動的バランス・静的バランス・柔軟性・歩行能力をレーダーチャート化した報告書を簡単に作成できるのも、「リハトレーナー」の大きな特長となっています。



CGTのプログラムを内蔵した最新トレーニングマシン《リハトレーナー》を採用

階段昇降の安定

◆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。



背筋をシャキっと!

◆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。

