

ご利用料金

要支援の方

1ヶ月の自己負担金額

要支援1 2,129円/月
(単位) (2,099)

要支援2 4,264円/月
(単位) (4,205)

運動器機能向上加算
229円/月加算されます

要介護の方

1回の自己負担金額

要介護1 468円/回
(単位) (461)

要介護2 537円/回
(単位) (529)

要介護3 605円/回
(単位) (596)

要介護4 673円/回
(単位) (663)

要介護5 740円/回
(単位) (729)

個別機能訓練加算(Ⅱ) 51円/回加算されます

*上記料金は、平成24年4月1日からの改定料金となります

ご利用案内

- 【対象者】** ・要支援1・2の認定の方
・要介護1～5の認定の方

ご利用に際して介助なしで立位保持が困難な方、
認知症等で当施設で対応困難と判断させていただいた方は、
サービスをご提供できない場合もございますので、
あらかじめご了承ください。

見学体験利用 随時受付

お気軽にお問い合わせください。

営業時間のご案内

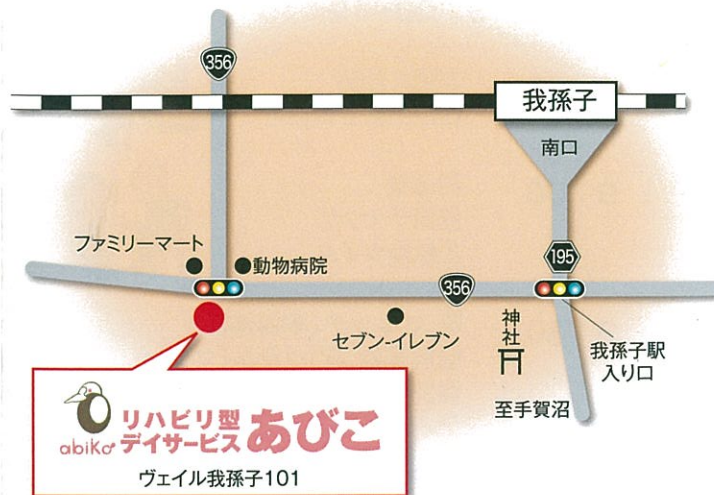
営業時間： 8:30～17:30

サービス提供時間： 9:00～12:15

13:45～17:00

定休日：土・日・祝日 夏期休暇/年末年始

施設のご案内



ご利用範囲

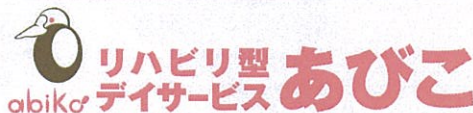
【サービスご利用対象地域】 我孫子市・柏市の一部

詳細は生活相談員またはスタッフにご相談ください



我孫子市初接骨院併設型
の施設となっております。
安心してご利用ください。

事業所番号：1272701069



TEL&FAX:04-7197-1705

〒270-1154 千葉県我孫子市白山2-2-18 ヴェイル我孫子101

Email:info@rehaday-abiko.com

URL:http://rehaday-abiko.com

千葉県指定通所介護・介護予防通所介護事業所

介護保険事業所指定番号：1272701069



自分を守る
体づくりを始めましょう



ごあいさつ

リハビリ型デイサービス「あびこ」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【機能訓練型デイサービス】になります。地域密着型のいわぶち接骨院も併設しており、このような併設型の施設は**我孫子市初**となります

身体機能の維持・向上を通じて心も体も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。

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、幅広くご利用者様にご満足いただけるようなプログラム作りをしております。

※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運動理論【包括的高齢者運動トレーニング】

目的に合わせたプログラム

筋力トレーニング

脳トレーニング

コミュニケーション

趣味活動

個別運動プログラム

温熱療法

半日の流れ(入替制)

午前の部

9:00~12:15



8:30

お迎え開始
ご自宅までお迎え



9:00

到着後
健康チェック
ご歓談タイム



9:30

軽ストレッチ(準備体操)
個別運動プログラム(マシン)
個別リハビリ指導
ティータイム
整理体操



12:15

ご帰宅
お疲れさまでした



午後の部

13:45~17:00



13:15

お迎え開始
ご自宅までお迎え



13:45

到着後
健康チェック
ご歓談タイム



14:15

軽ストレッチ(準備体操)
個別運動プログラム(マシン)
個別リハビリ指導
ティータイム
整理体操



17:00

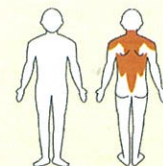
ご帰宅
お疲れさまでした



運動設備

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
我孫子市では当施設のみ使用可能なマシンです

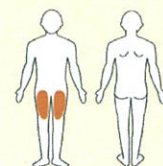
猫背防止 ローイング



★広背筋
菱形筋強化
★肩可動範囲を
柔軟にさせます



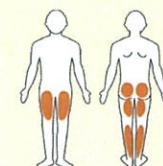
階段昇降の安定性 レッグエクステンション



★大腿四頭筋の
筋力強化



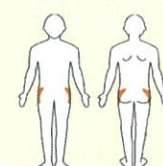
足腰筋力低下予防 レッグプレス



★下肢全体の
筋肉を強化



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

