

ご利用料金

要支援の方 1ヶ月の自己負担金額	要介護の方 1回の自己負担金額
要支援1 1,796円/月 (単位) (1,647)	要介護1 465円/回 (単位) (426)
要支援2 3,681円/月 (単位) (3,377)	要介護2 532円/回 (単位) (488)
※口腔機能向上加算 1月につき 164円	要介護3 602円/回 (単位) (552)
	要介護4 670円/回 (単位) (614)
	要介護5 739円/回 (単位) (678)
	※口腔機能向上加算 1回につき(月2回まで) 164円

* 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
* 2割負担(負担割合証に準ずる)

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

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、認知症等で当施設で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。
詳細は生活相談員までご相談ください。

ご利用範囲

サービス ご利用 対象地域

世田谷区
烏山地域・砧地域一部(祖師谷、千歳台、成城、船橋、喜多見、大蔵、砧、砧公園)
世田谷地域一部(桜丘、経堂)
北沢地域一部(赤堤、桜上水)
玉川地域一部(上用賀)

詳しくは生活相談員または介護スタッフにお尋ねください。

世田谷区指定 地域密着型通所介護：1391200753
東京都指定 介護予防通所介護：1371213651

営業時間のご案内

営業時間	8:30～17:15
サービス提供時間	午前: 9:00～12:15 午後: 13:45～17:00
休日	土曜・日曜・夏季・年末年始

施設のご案内



世田谷区指定 地域密着型通所介護
1391200753

東京都指定 介護予防通所介護
1371213651

リハビリ型デイサービス リハサロン祖師谷



見学体験利用 随時受付

お気軽にお問い合わせください。

TEL&FAX : 03-3482-3082

リハビリ型デイサービス リハサロン祖師谷

TEL&FAX : 03-3482-3082
HP : <http://soshigaya.top/>
〒157-0072 東京都世田谷区祖師谷6-5-8

ごあいさつ

「リハサロン祖師谷」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[リハビリ型デイサービス]になります。身体機能の維持・向上と共に併設の歯科医院歯科衛生士による口腔衛生指導を行い、より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。

リハサロン祖師谷はご利用者様に緑を感じながら、少しでも快適にお過ごし頂ける憩いの場となるよう新築致しました。運動後にはご利用者様とのコミュニケーションの時間も大切に、心身ともに元気になられるお手伝いをさせて頂きたいと願っております。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、ご利用者様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。

一日のスケジュール

【午前の部】 午前 9:00~12:15

【午後の部】 午後 13:45~17:00

※入浴・食事サービスはございません。

8時30分 お迎え開始
13時15分 (ご自宅までお迎え)



9時00分 到着後
13時45分 健康チェック



9時30分 準備体操(軽ストレッチ)
14時15分 機能トレーニング
個別プログラム
(マシン利用)
脳トレーニング
口腔ケア
ティータイム



12時15分 お見送り
17時00分 ご帰宅



※入浴・食事サービスは
ございません。

4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

口腔ケア

歯科衛生士指導による
口腔ケアサービスの提供

**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



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、「リハトレナー」の大きな特長となっています。

機能訓練+口腔ケア

運動機能向上に加え、口腔機能訓練を実施することでQOL向上も努めます。

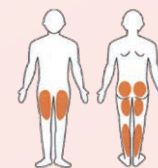


設備のご案内

CGTのプログラムを内蔵した
最新トレーニングマシン《リハトレナー》を採用

足腰筋力低下予防

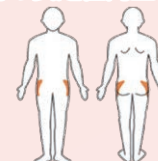
- ★下肢全体の筋肉を強化。
- ★立ち上がる、歩く、座るなどの基本動作に必要な筋力を向上させます。



◆レッグプレス

ふらつき防止に

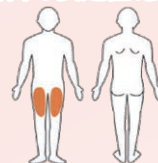
- ★中殿筋(腰回り)の筋肉を強化。
- ★歩行時の安定性向上。



◆ヒップアブダクション

階段昇降の安定

- ★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。



◆レッグエクステンション

背筋をシャキッと!

- ★広背筋、菱形筋の強化。
- ★肩可動範囲を柔軟にさせます。



◆ローイング



***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】