

## サービス内容

### ●少人数制

定員 15 名。少人数制。

### ●1日約3時間の二部制

午前 9:00～12:00、午後 14:00～17:00  
1日約3時間、午前の部と午後の部の二部制です。

※入浴・食事等のサービスはありません。

### ●目的に合わせたプログラム

身体能力に合わせて、個別のプログラムで実施いたします。

### ●送迎システム

ご自宅と施設の往復はスタッフが送迎いたします。

## ご利用条件

### ●対象者 要支援 1・2 認定の方 要介護 1～5 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あらかじめご了承ください。詳細については生活相談員にご相談ください。

## ご利用料金

要支援の方		要介護の方	
1ヶ月の自己負担金額		1回の自己負担金額	
要支援 1 (単位)	2,099 円 / 月 (2,099)	要介護 1 (単位)	461 円 / 回 (461)
要支援 2 (単位)	4,205 円 / 月 (4,205)	要介護 2 (単位)	529 円 / 回 (529)
運動器機能向上加算 225 円 / 月加算されます。		要介護 3 (単位)	596 円 / 回 (596)
		要介護 4 (単位)	663 円 / 回 (663)
		要介護 5 (単位)	729 円 / 回 (729)

※上記料金は、平成 24 年 4 月 1 日からの改定料金です。

## 見学体験(無料)随時受付

お気軽にご相談ください。



営業時間 午前 9:00～12:00 午後 2:00～5:00  
定休日 土曜日・日曜日・祝日

鹿児島県指定通所介護・介護予防通所介護事業所  
介護保険事業所指定番号：4670108408

## リハビリ型デイサービス ゆくさ

〒892-0871 鹿児島市吉野町 3073-13

TEL 099-298-9551

FAX 099-298-9552

HP: day-yukusa.com

E-mail: info@day-yukusa.com



介護保険事業所指定番号：4670108408

## リハビリ型デイサービス

# ゆくさ



機能訓練型介護保険施設

いつまでも住み慣れた街で暮らし続けるために

リハビリ型デイサービス「ゆくさ」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。

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いただけることを目的とし、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、高齢者向け運動理論 -\*CGT を採用し、利用者一人ひとりの運動能力(体力)にあった、きめ細かな運動メニューを作成することにより運動効果を実感いただける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された運動理論【包括的高齢者運動トレーニング】



## 🍀 スケジュール 🍀

午前の部 9時～12時		午後の部 2時～5時	
8:30	お迎え開始	13:30	
8:45	ご自宅までお迎え	13:45	
9:00	健康チェック	14:00	
	歓談タイム	14:30	
9:30	準備体操(椅子に座って)	14:30	
	リハビリトレーニング		
	整理体操		
	レクリエーション		
	ティータイム	17:00	
12:00		17:00	
12:15	ご帰宅	17:15	

※基本スケジュールです。諸事情により時間が異なる場合がありますのでご了承ください。



ご利用者様の個人の身体能力・目的・趣味趣向にあわせて生活相談員を中心に、社会福祉士、介護福祉士、看護師等ノウハウをもつスタッフが適切にプログラムを実施します。

## 🍀 運動設備 🍀

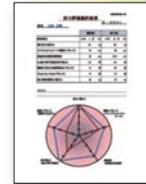
CGT (= 包括的高齢者運動トレーニング) に基づく最新トレーニングマシン「リハトレーナー」を採用

特徴1

コンピュータ管理により個人の能力・目的に合わせ、きめ細かな運動メニューを設定できます。

特徴2

3ヶ月ごとに運動効果報告書が提出され効果を数値で確認することが出来ます。



### 猫背防止 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。



### 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。



### 階段昇降の安全性 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。



### ふらつき防止 ヒップアブダクション

- 中殿筋(腰周り)の筋肉を強化。
- 歩行時の安定性向上。

