

# すまいるデイサービスほんわか ご案内

令和2年 8月 3日 オープン予定



医療法人 永好会

すまいる ケアガーデン

## 残存する機能を使った機能訓練を行うデイサービスがスタート☆

すまいるの新たな「デイサービス」では残存する身体機能を維持、向上を図る取り組みを行います。加齢と共に低下する機能を維持・向上を図り、「生活機能向上」を目指しています。また、自分で行えることが増えることで自身の生活に「生活意欲」を持てるようなそんな支援を目指しています。



### ∞ 身体的な機能訓練 ∞

#### 残存する機能の維持・向上機能訓練 集団脳活性化体操

- 個人に合った機能訓練
- ボール体操
- セラバンド
- 歩行訓練
- ※平行棒、ステップ台、重錘バンドを使用し、下肢筋力に刺激を与えます。



### ∞ 脳活性化による認知症予防 ∞

- 日常的な会話
- 脳活性化プログラム  
脳を活性化させ、認知機能の低下の予防を行います。
- 作業レクリエーション  
季節感あふれる作品や壁画づくりなどを行います。

### ∞ 社会的な取り組みによる意欲向上 ∞

- 外出行事  
一人では出かけられない。普段行けない場所への外出をサポートします。
- 季節の行事  
他ご利用者様、介護スタッフと一緒に参加し、交流を深めて頂きます。

## 「すまいるデイサービス ほんわか」の一日の流れ

9:30	バイタル測定 ウエルカムドリンクの提供	11:40	口腔体操
9:45	朝の挨拶	11:50	昼食
10:00	脳活性化体操 レクリエーション 機能訓練（集団） ボール体操・セラバンドを使用した運動など・・・	12:50	入浴 脳活性化プログラム 脳トレーニングなど・・・
	個別計画に基づいた機能訓練（グループ別）	15:30	おやつ
		16:20	帰りの会
		16:40	送迎

# 日常生活支援総合事業 第1号通所事業 (指定申請予定)

すまいるデイサービス ほんわか では **1日型のサービス** で、  
**自分らしく生きるために** を元に、**運動機器向上プログラム** を行い、  
**外に出る楽しさ** の為に **人と人とのつながり** を応援します。



**対象者** 要支援1 ・ 要支援2 ・ 事業対象者

**提供時間** 9時30分 ~ 16時40分 (送迎・入浴・食事あり)

**指定予定日** 指定に向けての申請準備中

9:30~	バイタル測定 朝のコーヒータイム 朝の挨拶	12:50~	入浴 自主トレーニング 脳活性化プログラム等・・・
10:00~	運動機能訓練向上プログラム 脳活性化体操 レクリエーション	15:30~	おやつ
12:00~	昼食	16:15~	帰りの会
		16:40~	お送り

◆運動機能訓練向上プログラムや脳活性化体操、レクリエーションを通して、【体の元気】を維持向上し、身体的な自立支援を提供します。



◆脳活性化プログラムに参加して頂いたり、作業レクに参加していただき、認知症予防に取り組み、【脳の元気】を維持向上し、精神的な自立支援を提供します。

◆外出行事や、季節に合った行事等の活動に取り組み、デイルームや、大人数が苦手な方へは、個室に近い空間の**娯楽室**を使用し**他者との交流、参加**をし、【心の元気】を維持向上し、社会的な自立支援を提供します。





## 「すまいるデイサービスほんわか」で行う機能訓練とは

### ○「生活意欲」「生活機能」の維持・向上を目的とした機能訓練

「一人でお風呂に入れるようになりたい」「週に1回、囲碁教室に行きたい」などのご要望をお持ちのご利用者様に、基礎的な訓練から始め、最終的には実践的な反復訓練を行います。具体的な生活行為や社会的関係の維持に関わる行為などを目標に設定し、日常生活における生活機能の維持・向上を図ります。



例えば・・・



#### ◆家族に心配を掛けずにお風呂に入りたい◆



入浴を一人でするという事は、「服の着脱」「体を洗う」、「浴槽をまたぐ、しゃがむ、立ち上がる」といった動作が伴います。そこには筋力が必要になるため肉体的な負担がかかります。ここでは、無理のない範囲でご自身の残存機能から訓練を行い向上を図ります。



#### ◆趣味だった囲碁をまた出来るようになりたい◆



趣味や外とのつながり持てなくなると、身体機能の低下や、強いては認知機能の低下にも繋がってしまいます。そんな「元気だった時の趣味をまた出来るようになりたい!」「囲碁教室に通いたい!」といったご要望には、まずは**指先を使用した訓練**や教室に通う際に必要な公共交通機関を利用するためのバスに乗る際などに必要な階段を上がるなどの**下肢筋力向上を中心とした訓練**を行います。

## 運動（訓練）メニューのご紹介（一例）



### 浴槽の模型を使用した実際の運動

すまいるでは実際に浴槽の模型を使用した実践的な反復練習が可能です。浴室に入る為の跨ぎ訓練、湯船に浸かる為に、しゃがむ訓練 立ち上がる訓練を行います。



### セラバンド

セラバンドはゴムの張力と反発力を活用する運動であり、いつでもどこでも実践することが可能です。無理のない範囲で、腕や足を使う日常生活動作の訓練を行っていきます。



### ボール体操

ボールの「つぶれる」「はずむ」といった特性を生かして筋力強化や動きを誘導したり、はずませたり投げたりすることで、指先も使い、楽しみながら上肢との協調性や反射能力を鍛えます。



### 歩行訓練

重錘バンドや、ステップ台を使用し下肢筋力に負荷を加える訓練や、平行棒を使用し、実践的な歩行訓練を行います。



# 脳活性化プログラムの紹介

## 脳活性化プログラムを行いたい理由

私たちの体力は老化現象とともに落ちていきます。脳の働きもそれと同じように落ちていきます。脳には前頭葉の一部分に【前頭前野】という部分があります。前頭前野という場所は、物事を記憶したり、学習したり、感情をコントロールする役割を担っています。この前頭前野が活性化することで、老化は緩やかになると言われています。すまいるデイサービス ほんわか では脳を刺激する、脳活性化プログラムを使い、認知機能低下の予防を一緒に行いましょう。

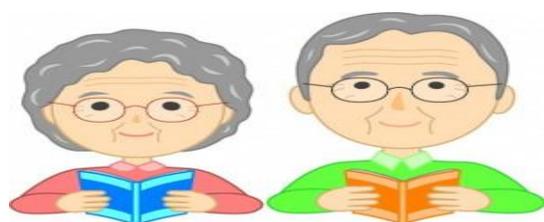
## 脳活性化体操

レクリエーションの一環で、脳を刺激する全体体操を行います。毎日、内容の異なった体操を提供させて頂き、普段慣れない動きで、頭と体を同時に使った体操で脳を適度に混乱をさせることで認知機能を向上させます。楽しく体操を行いましょう。



## 脳活性化トレーニング

脳を刺激する為に脳活性化トレーニングをご用意しております。このトレーニングを行うことで達成感を感じ、他ご利用者様と一緒に行動することで刺激をお互いにしあうことで、脳を活性化させ、記憶力を向上させていきたいと思います。



「自分の空間を大切に」、 「自分で出来る」ことを増やし、  
そして「自分らしく」を大切に！



すまいるデイサービスほんわか機能訓練室は、個人の特性を大切にしています。



④機能訓練室はすべて個室に近い空間や、状況に応じた訓練場所をご用意しております。周りの目を気にせずご自分のペースでしっかりと訓練が行えます。

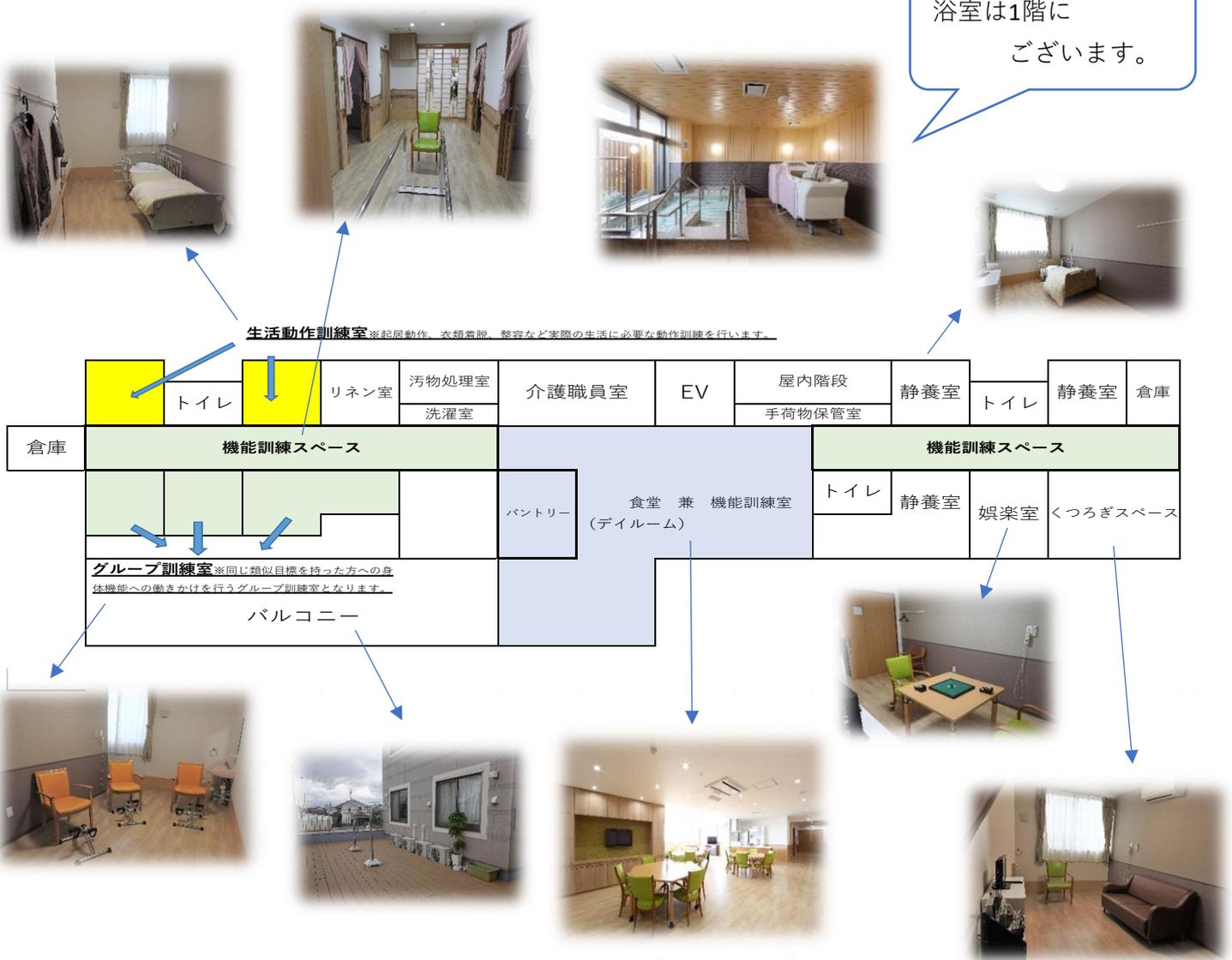
すまいるデイサービスほんわかでは、「個の時間」を尊重します。



④大人数のデフロアの空間で1日を過ごす事が苦手な方には、少人数で楽しめる娯楽室や1人の空間を守れる個室の静養室をいくつかご用意しており、個別ケアの対応も可能です。



# 見取り図



医療法人 永好会  
すまいるケアガーデン  
すまいるデイサービスほんわか

住所  
愛知県愛西市大井町七川北61番地

電話番号 0567-33-1003  
F A X 0567-31-3399

担当者 加藤・太田