

2019.6.17
移転
OPEN

Life with Rehabilitation

～自立した生活に戻りたい～
～自立した生活を続けたい～



- ・筋力トレーニング
- ・有酸素運動
- ・リラクゼーション
- ・集団体操
- ・トランニング
Training&Learn
- ・趣味や活動
- ・日常生活動作訓練
- ・歩行訓練
- ・外出トレーニング
- ・屋上トレーニング
and more....



リハビリ特化型デイサービス
リハビリデイサロン「海」
〒239-0807
神奈川県横須賀市根岸町3丁目3番16号
Tel: **046-876-7311**
Fax: 046-835-5819

見学随時募集中です。

【交通】京急線北久里浜駅より徒歩3分



ご自宅への送迎
対応いたします。

リハビリデイサロン
海
NEGISHI MIHARU
Rehabilitation

リハビリデイサロン「海」は、介護保険制度において要支援・事業対象者・要介護認定を受けた方のための短時間型通所介護施設（デイサービス）です。

当施設では、ゆったりとした空間の中で歩行や筋力トレーニングだけでなく、専門的な訓練をご用意し、通われる利用者様が自立した生活（卒業）に戻れるよう、今の状態が維持できるようサービスを提供いたします。

午前の部

- 9:00 サービス開始
施設到着後スタートゾーンに誘導します。
- 9:05 バイタルチェック
体温・血圧・脈拍を測定いたします。状態により訓練を中止する場合がございます。
- 9:15 訓練① スタート
ケアプランに基づき指定された場所にて訓練を行います。
- 10:05 訓練② スタート
ケアプランに基づき指定された場所にて訓練を行います。
- 10:55 訓練③ スタート
ケアプランに基づき指定された場所にて訓練を行います。
- 12:00 サービス終了

午後の部

- 13:45 サービス開始
施設到着後スタートゾーンに誘導します。
- 13:50 バイタルチェック
体温・血圧・脈拍を測定いたします。状態により訓練を中止する場合がございます。
- 14:00 訓練① スタート
ケアプランに基づき指定された場所にて訓練を行います。
- 14:50 訓練② スタート
ケアプランに基づき指定された場所にて訓練を行います。
- 15:40 訓練③ スタート
ケアプランに基づき指定された場所にて訓練を行います。
- 16:45 サービス終了

下記のようにマシントレーニングゾーンには必ず入っていただきます。各ゾーンにスタッフが配置しているので、利用者様のご希望やケアプランに基づきサービスを実施致します。

(赤色線 ①趣味・活動ゾーン ⇒ ②体操・トラニングゾーン ⇒ ③マシントレーニングゾーン)



訓練①

訓練②

訓練③

マシントレーニングゾーン

マシントレーニングゾーンでは、サーキットトレーニングまたは有酸素運動とリラクゼーションを組み合わせた50分間のプログラムを実施していただきます。
移転 OPEN に伴い各種最新機器をご用意しましたので一生懸命トレーニングに励んでください！

サーキットトレーニング

- ・バタフライ
・アームエクステンション / カール
- ・大胸筋
・三角筋
- ・上腕二頭筋
・上腕三頭筋
- ・アブドミナル / バック
・チェストプレス / ロウ
- ・腹直筋
・脊柱起立筋
- ・広背筋
・上腕三頭筋
・大胸筋
- ・レッグエクステンション / カール
・レッグプレス
- ・大腿四頭筋
・ハムストリング
- ・大腿四頭筋
・ハムストリング
・大臀筋
- ・アブダクション / アダクション
・ロータリートーソ
- ・外転筋 / 内転筋
・大臀筋 / 中臀筋
- ・腹斜筋
- ・マルチホームトレーナー
・ストレッチ 2機種

有酸素運動

- ・エアロバイク
一般的な自転車訓練です。
- ・リカンベントバイク
安全面に配慮した高齢者向けバイクです。
- ・トレッドミル
電動歩行マシンです。

リラクゼーション

- ・ウォーターベッド
水圧の力で全身をほぐす治療器です。
- ・ホットパック
温熱治療器です。
- ・メドマー
下肢の血行を促進する機器です。



趣味・活動ゾーン



趣味・活動ゾーンでは、創作活動やパソコン・スマートフォン教室など、利用者様が楽しみながら頭と手先を動かすプログラムを多数ご用意しております。

プログラムによっては利用者様に講師になってもらう事もあれば、グループで作り上げる達成感を久しぶりに味わって頂けるような取り組みもご用意しております。

趣味や各種活動を通じてリハビリ意欲を高めましょう！

例えば.....

- ・パソコン学習 ・スマートフォン学習 ・将棋 ・囲碁 ・麻雀 ・パッチワーク ・絵画 ・習字
- ・手芸 ・貼り絵 ・茶道 ・華道 ・俳句 ・折り紙 生け花 ・名札作り ・刺繍 etc...

各テーブルでの創作活動や利用者様に講師となっていただくイベントも各種用意しております。毎月新しい項目を追加していく予定です。運動の合間の息抜きにもなるので是非ご参加下さい。



体操・トランニングゾーン

体操・トランニングゾーンでは、音楽をかけながら集団でリズムに乗って行う体操やストレッチだけでなく、Training (トレーニング) と Learn (学び) を融合したトランニングというプログラムに参加して頂きます。

みんなで頭とカラダを動かしましょう！

例えば.....

- ・ボール体操 ・チューブ体操 ・指先体操 ・発声トレーニング ・立ち上がり訓練 ・ストレッチ
- ・ヨガ運動 ・太極拳 ・リズム体操 ・今日の重大ニュース ・時事ネタ ・単語記憶テスト etc...

50 分間の中で体操・頭を使ったトレーニング・お勉強や最近のニュースなど会話を楽しみながら運動を行います。



歩行訓練・外出訓練ゾーン



歩行訓練・外出訓練ゾーンでは、屋内に設置してある弊社設計のカスタム平行棒 (カラーウォーク) やカラフルマット (カラーステップ)、階段昇降を使用して広い空間で長い距離を歩いて頂きます。また、ケアプランに基づき、施設の周りの歩行・買い物訓練・公共交通機関などの利用訓練も個別～少人数で対応致します。

外出や屋上訓練

京急北久里浜駅徒歩 3 分の立地条件を最大限活用した訓練を事故のないよう個別で対応致します。デイサービスと家の往復だけでなく、外を実際に歩くことで、自立に向けた目標が明確に立てられます。

例えば.....

- ・敷地内駐車場歩行訓練
- ・屋上トレーニング
- ・近隣商店等でお買い物訓練
- ・衣料品店で試着&お買い物訓練
- ・近隣施設 (公園や商店街など) で歩行訓練
- ・横断歩行や歩道橋訓練
- ・バス乗車&降車訓練

etc...

※外出や屋上訓練については、ケアマネジャーが作成したケアプランに基づき個別～少人数で行う項目となっております。当日のスタッフの人員により対応できない場合がございますので予めご了承ください。

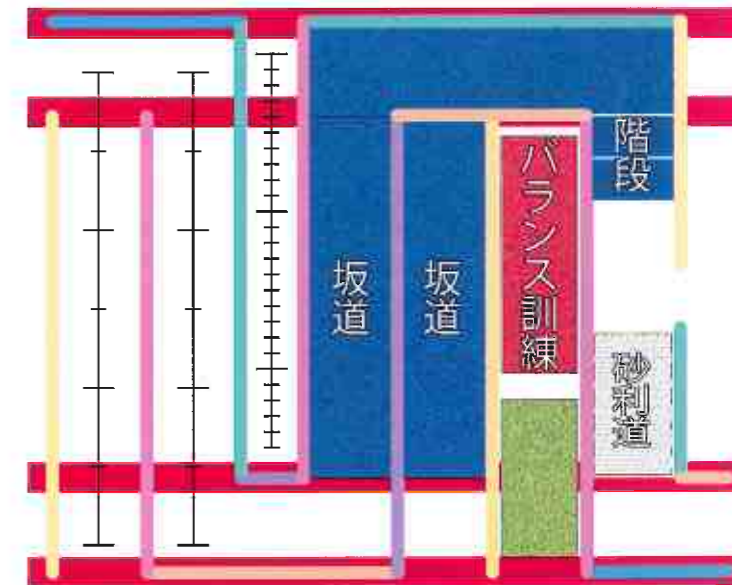


歩行訓練



- ・カラーステップ
弊社で設計したマットの上で指定されたカラーだけを踏みながら 10m 歩いていただく訓練です。バランス感覚が養われるだけでなく、遊びの要素も合わせり?とても楽しい~!!
- ・カラーウォーク
弊社で設計した平行棒です。坂道・バランス訓練・階段・障害物・横歩きコースがあり、内周・外周どちらも飽きる事なく長距離の歩行訓練を行うことができます。
- ・歩行練習用階段
高さは 200mm/3 段・150mm/4 段と 2 パターンご用意し本格的な昇降訓練が行えます。

弊社オリジナル「カラーウォーク」



弊社オリジナル「カラーステップ」



日常生活動作訓練ゾーン

日常生活動作訓練ゾーンでは、ケアプランに基づき、家庭で行なっていた動作が出来なくなってしまう方、または出来るけど少し不安になってきた方に対し、家庭内を再現した設備を使用して訓練を行うゾーンとなります。

項目によっては趣味・活動ゾーンや外出訓練と組み合わせて総合的に支援いたします。

最近一人で風呂に自由に入れない・・・。

1. 着替え動作に關わる訓練
2. 身体を洗う動作に關わる訓練
3. 浴槽に入るための訓練
4. 身体を拭く動作・整容に關わる訓練
5. お風呂掃除訓練



入浴

掃除が出来ず家が汚くてどうしよう・・・。

1. 関節可動域訓練
2. バランス訓練
3. 拭き掃除訓練
4. 掃除機使用動作訓練
5. 応用清掃動作の実施



家事

トイレに一人で入るのが不安になってきた・・・。

1. 座る・立ち上がる
2. 衣類の上げ下げ
3. 拭く・流す
4. トイレトーパー交換・トイレ掃除
5. 応用訓練



洗濯

その他...

・起床&就寝 ・排泄訓練 ・電話対応訓練 ・洗濯動作訓練 etc....

施設にある設備を最大限使用しご自宅で行う事が困難になってきた動作の実践を行います。

※洗濯動作訓練例

脱ぐ・着る・洗濯(乾燥)機に入れる・取り出す・干す・たたむ・アイロンをかける etc....

リハビリデイサロン「海」は、平成23年9月の開設後、本格的な機能訓練だけでなく、スタンプカードによる外出イベントで利用者様と交流を図って参りました。



外出イベントの様子

平成26年には2号店となるリハビリデイサロン「海」MIHARUを横須賀市三春町に開設し、3フロアー1日定員138名の大規模事業所として大勢の利用者様にご利用いただいております。



グループには保険調剤薬局を6店舗(市内に3店舗)展開している珊瑚薬局グループがあり、地域のかかりつけ薬局として患者様が落ち着ける空間作りにも力を入れております。



珊瑚薬局グループ Sango Pharmacy Group

町田市

相模原市

小田原市