

# 瑞ヶ丘に オープン!

# 無料体験・見学 受付中!

体を動かし、人とふれあい、心身ともに  
活性化して健康維持をしませんか



## 機能訓練特化型 短時間 デイサービス

1日わずか約3時間!

午前の部 9:00~12:05

午後の部 13:40~16:45

送迎付で安心です! ご希望により、帰りにスーパーでお買い物(個々に応じたサポートをします)

介護保険適用

※フレイル予防

※運動機能や認知機能等の低下予防

認知症予防

社会交流

専用マシンを使った  
パワーリハビリ

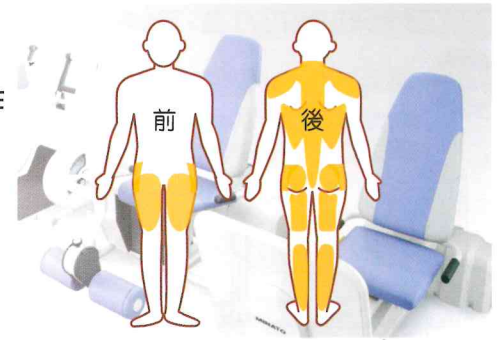
柔道整復師の手による  
個別リハビリ

保険外サービス  
買物支援

### 日常生活動作

起床から着替え、移動、食事、トイレ、入浴など日常的に発生する動作  
立つ・座る・歩く・着替える・物を取る・良い姿勢

- 転倒防止。(腰周りの筋肉、骨盤の安定歩行や片足立ち時のふらつきを解消)
- 立ち上がる、座る、しゃがむ、歩く等の動作の日常に必要な筋力をつけます。
- 高齢になると、ひざ関節の可動が狭くなる場合があります。運動をすることで歩幅が広がり、ひざが安定し、階段の上がり下がりもスムーズになります。



### 判断することが求められる動作

日常的な動作の中でも、より頭を使って判断することが求められる動作

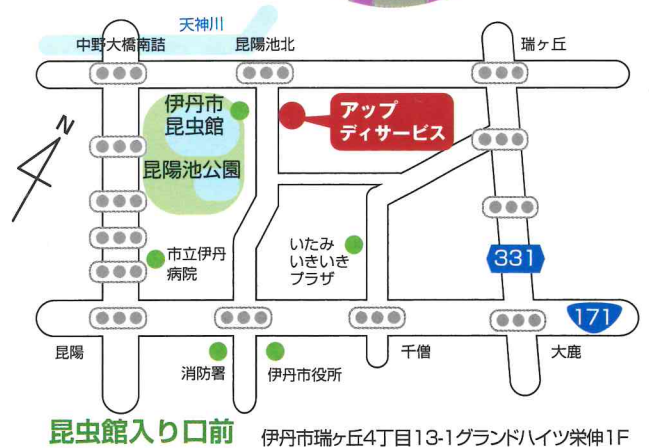
なかなか外出したり、買い物に行きたいけど、行けない。そんな声を頂きます。例えば買い物の場合は、メニューに応じて何をかうべきかを理解することや、会計時の判断力(=金銭の管理能力)などが必要になってきます。実際に外出して動作を行うとともに、精神面への対応をすることで、生活意欲の向上を図るという目的があります。



介護保険を使った短時間デイサービス  
**アップ** 機能訓練特化型  
Dayservice mizugaoka Since 2019  
デイサービス 瑞ヶ丘

TEL:072-744-3904

お気軽にお問合せください。担当:うえだ



昆虫館入り口前 伊丹市瑞ヶ丘4丁目13-1グランドハイツ栄伸1F