

「住み慣れた地域での自分らしい暮らし」を応援します！

暮らしの応援「4つの特色」

食事

- ・栄養士が疾患や栄養バランスなどに配慮し献立を作成します。常食の他きざみなどの食形態にも応じます。
- ・食事を選んで食べていただく選択メニューウィークがあります。
- ・1階の喫茶店で雰囲気を変え食事を楽しんでいただけます。（不定期）

入浴

- ・心身の状態や個々の自立目標に合わせて浴槽（一般・リフト・特浴）を選んで入浴できます。

機能訓練

- ・午前中は、認知機能の維持向上を図るため、脳トレ（クロスワードパズル、迷路、折り紙等）を自分で選び取り組んでいただけます。
- ・口腔機能の維持向上のため、食前にドンパン口腔体操、**パタカラ体操**（※1）、唾液腺マッサージなどを行います。
- ・午後は身体、認知機能の維持向上を図るため、ストレッチ、ドンパンいずみ体操、歩行訓練、**シナプソロジー**（※2）、生活リハビリの中から数種類を選び無理なく楽しくを基本に行います。

カルチャークラブ

- ・毎週水曜日の午後はカルチャークラブの時間とし、陶芸や絵手紙教室等の余暇活動を行います。



（※1）**パタカラ体操**：お口の周りや舌の筋機能低下を予防する体操です。
 （※2）**シナプソロジー**：「2つのことを同時に行う」「左右で違う動きをする」等の普段なれない動きで脳の活性化を図ります。

ご利用いただける方

介護保険で要支援・要介護の認定を受けられた方が対象です。詳しいことをお聞きになりたい方は、担当（川田・宮腰）までなんなりとご連絡ください。

電話896-7013

ウェルビューいずみの1日

サービス提供時間 9:30~16:30

- 9:30 送迎到着
健康チェック(体温・血圧)
朝の体操(テレビ体操)
- 10:10 ①入浴
クロスワードパズル、点つなぎ
間違い探し、折り紙など
②脳トレ(自主トレプログラム)
- 11:45 口腔体操
・ドンパン口腔体操
・パタカラ体操
・唾液腺マッサージ
- 12:00 昼食、口腔ケア、休憩
- 14:20 機能訓練(身体・認知)
ストレッチ、ドンパンいずみ体操、歩行
訓練、シナプソロジー、生活リハビリなど
- 15:30 おやつ、休憩
- 15:50 レクリエーション
- 16:30 帰宅送迎
・昼食代は630円です。

上記は月・火・木・金・土
**※水曜日の午後はカルチャー
 クラブを行います。**

