

# 「より快適で 自立した生活」

## 自立生活支援 リハビリサービス

- 介護や補助が必要なご利用者様にとってひとつでもご自身で行えるようになること、ご自身の仕事や生活を楽しめるようになることが目標です。
- ご家族様の負担を軽減し、障がいをお持ちであっても、本来の生活に戻れるようにとご利用者の自立支援をすることが目的です。



## パワーリハビリテーション **機能回復** リハビリテーション

- 古い脳卒中、認知症、パーキンソン病の改善に期待。
- 不活動筋や弱い筋肉を呼び起こします。
- 欧米を中心に、運動器疾患から脳血管疾患や心大血管・呼吸器疾患などの改善、介護予防リハビリテーションなどに用いられているパワーリハビリテーション公認マシンを活用します。

私たちが  
サポートします  
一緒に頑張り  
ましょう

## 体幹体へのリハビリテーション・アプローチ

- 座位の太極拳・みんなの体操は表面部分の筋肉のみならず、四肢や体幹体を不安定にすることで筋肉をリラックスさせるなどのストレッチ効果もあり、バランスを保つ為に作用します。

## 理学療法士による **個別** 機能訓練

- 要望に合わせて1対1での個別対応します。
- 生活動作の動作指導や訓練を行います。
- グループで機能訓練を行います。



## レッツデイサービス横根 レッツデイサービス新保

横根  
〒915-0896 福井県越前市横根町12-4-1  
TEL.0778-43-5311 FAX.0778-43-5313

新保  
〒915-0804 福井県越前市新保1丁目5-2  
TEL.0778-42-5111 FAX.0778-42-5138



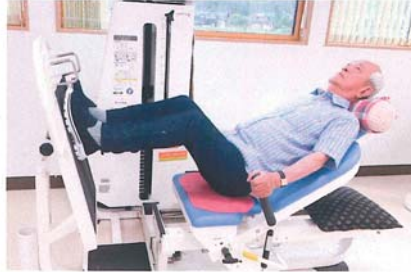
# リハビリ機器を使用し、日常生活に必要な生活動作をトレーニングするプログラムを提供しサポートいたします。

立ち上がりの動作と歩行の安定を図ります。



ヒップアブダクション

立ち上がりが楽になり骨盤も安定し歩行も安定します。



レッグプレス

イスからの立ち座りを良くします。



トーフレクション

立ち上がりの動作と歩行の安定を図ります。



レッグエクステンション

背筋が伸び胸が開き呼吸が楽になります。



ローイング

服を着たり脱いだりするなど腕が上がりやすくなります。



チェストプレス

## 半日型

定員23名  
(緩和型サービス5名)

サービス提供時間

月曜日～金曜日 (祝日も含む)  
1 単位目/午前 9:00～12:15  
2 単位目/午後 13:30～16:45

午前の部	午後の部	プログラム内容
9:00	13:30	レッツ倶楽部到着 バイタルチェック
9:30	14:00	準備体操 (座位ラジオ体操・みんなの体操・ストレッチ) 口腔体操 (パタカラ体操) マシントレーニング (水分補給・休憩) 座位での太極拳
11:45	16:15	休憩 (コーヒータイム)
12:15	16:45	送迎

## 1日型

定員40名

サービス提供時間

月曜日～土曜日  
(祝日も含む)  
9:00～16:15

時間	プログラム内容
9:00	レッツ倶楽部到着 バイタルチェック
9:30	準備体操 (座位ラジオ体操・みんなの体操・ストレッチ) マシントレーニング・レクリエーション 入浴 (入浴順は各週男女交代します。)
11:45	昼食・休憩・口腔体操
14:00	マシントレーニング・レクリエーション・座位での太極拳 入浴
15:30	おやつタイム
16:15	送迎

サービス提供地域と送迎エリア



越前市  
鯖江市  
南越前町  
越前町

(片道30分～40分)

