尾崎第2デイ サービスセンター

「マルチトレーナー」
・無理なく全身運動

ボール体操
・バランス力、俊敏性を高める

チューブ体操
・体の様々な筋肉を鍛える

スローステップ運動
・有酸素運動、下半身の筋力強化
心肺機能を高める

ダンベル体操
・基礎代謝を高め肥満予防
骨粗しょう症予防

歌体操
・元気に体を動かして、心身を刺激し
脳の活性化で認知症予防

棒体操
・深部感覚、位置感覚の刺激
ストレス解消

利用者様からこんな声をいただきました

かがんでふき掃除が出来るようになりました

高い所の物が取れるようになりました

牛乳パックが開けられるようになりました

浴槽をまたげるようになりました

- ◆ 介護保険を利用し**運動機能の回復**を目指して**リハビリ専門の機器とプログラムを利用**し、リハビリ運動を実施しています。
- ◆ 介護や補助が必要なご利用者様にとって、**一つでも多くの動きをご自身で行えるようになること**、ご自身の生活を楽しめるようになることが目標です。
- ◆ 『日常生活に不安』をお持ちの方、**『自立した生活と身体機能の回復』**のために無理のないリハビリプログラムをご用意しています。

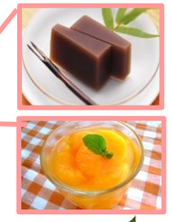
1日の流れ

ミニレクリエーション
気分転換を図ります。
(トランプなど)

ティータイム♪
ご利用者様同士やスタッフも
交えてティータイムを楽しみます。

無料体験実施中

ぜひ一度ご体験ください♪



手作りおやつ

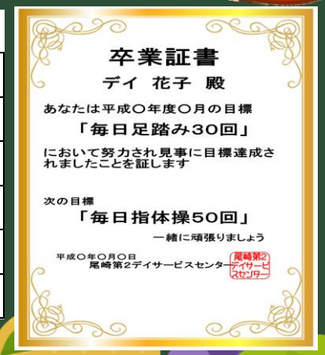
今月の目標

意欲を高めるため個々に目標を決め実施しています

毎日足踏み30回
デイ 花子

目標達成表

○月	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	…	31(水)
デイ太郎	❀	❀	❀	❀	❀		❀
デイ花子	❀	❀	❀	❀	❀		❀



卒業証書
デイ 花子 殿
あなたは平成○年度○月の目標
「毎日足踏み30回」
において努力され見事に目標達成されましたことを証します
次の目標
「毎日指体操50回」
一緒に頑張りましょう
平成○年○月○日
尾崎第2デイサービスセンター

目標達成で卒業証書とささやかな
プレゼントの進呈があります♪

「無料体験」
ぜひお電話ください

尾崎第2デイサービスセンター
大阪府阪南市下出163－1
☎072-473-7102
担当窓口　板持まで

営業日　月曜～金曜
提供時間　9:30～16:15