

《デイサービスの一日》

8:00~ 9:20	送迎 スタッフがご自宅までお迎えに伺います。 体温、血圧測定 体温・血圧・脈拍を測定。健康状態をチェックします。 朝のお茶タイム まずはゆっくりと水分補給	
9:20~9:30	骨盤体幹体操（骨盤矯正） 姿勢を矯正し、座位の安定・歩行改善等に効果があります。 日常生活でのトイレや浴室等での転倒予防に役立ちます。	
9:30~11:30	リハビリ開始 各種個別機能訓練開始 （PTによる個別指導、マシントレーニング各種、干渉波、メドマー、ジョウバ、プーリー、筋膜リリース療法、平行棒訓練、屋内歩行） 入浴 順次入浴へご案内します。	 
11:30~11:45	口腔体操 昼食前に顔・口・舌を動かし、食事時のそしゃく・飲み込みを良くします。食事を美味しく頂いたり、誤嚥の予防にもなります。	
12:00~	昼食 食後は歯磨きで口腔ケアをしっかりと行います。 その後は、ゆっくりと休憩です。	 
13:00~14:00	やはた歌い隊（月~木） ピアノの生伴奏で演歌、童謡、唱歌を楽しみます。 一番人気の屋内活動で 音楽療法 としても有効です。	
13:30~15:00	リハビリ開始 各種個別機能訓練開始 （マシントレーニング各種、干渉波、メドマー、階段昇降、スロープ歩行、筋膜リリース療法、屋外歩行等） 屋内・屋外活動 （脳トレ、囲碁、カラオケ、簡易パターゴルフ、遊歩道散策等々）	
14:30~14:50	椅子に座ってする体操 座ることは日常生活の基本。座ってできる身の回りの動作の体操です。日常生活を豊かにし、お役に立ちます。 「蔵カフェ」お茶タイム  もあります。	
15:10~	おやつ、休憩	
15:30~	送迎 スタッフがご自宅まで安心安全にお送りします。	