

1日の流れ

午前の部	午後の部	
9:00	13:20	健康チェック
9:15	13:40	脳トレ
10:00	14:00	ストレッチ
10:30	14:50	機能訓練
11:45	16:00	健康チェック (体温・血圧/脈拍)
12:10	16:30	送り開始

☆ 水分補給しながら、ゆっくり行います。

料金体系

介護保険対象サービス（自己負担は1割です。）

① 『介護サービス』に該当する利用者様

（1日当たりの自己負担額）

要介護状態	基本単位	自己負担額
要介護1	380単位	391円
要介護2	436単位	448円
要介護3	493単位	507円
要介護4	548単位	563円
要介護5	605単位	622円
	機能訓練加算Ⅰ	48円
	サービス提供体制強化加算	7円

② 『介護予防サービス』に該当する利用者様

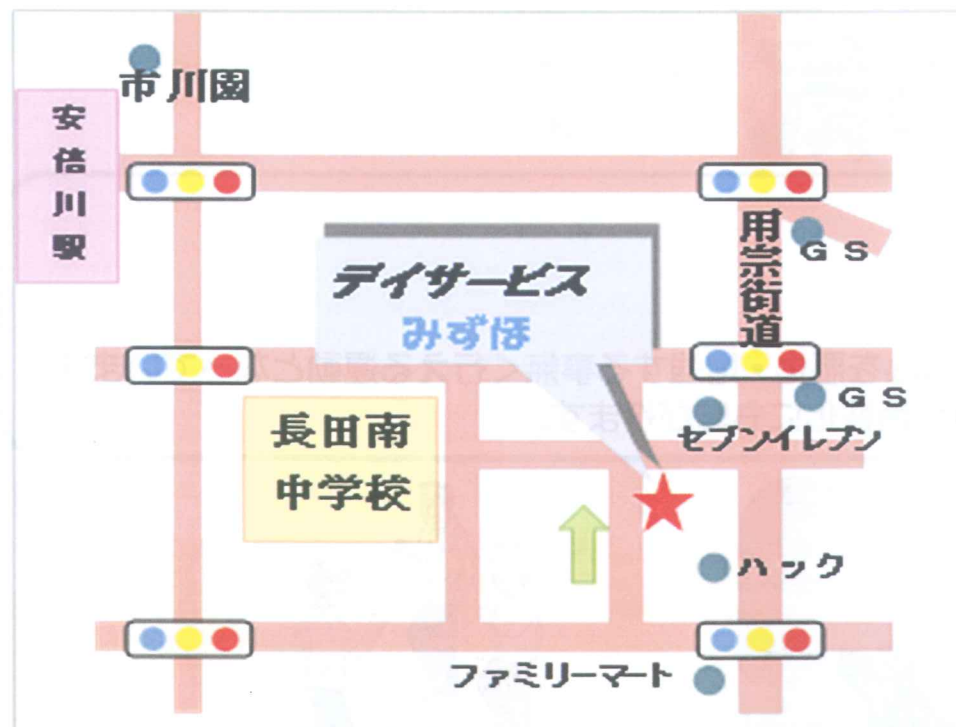
（1日当たりの自己負担額）

要介護状態	基本単位	自己負担額
要支援1	1647単位	1692円
要支援2	3377単位	3469円
	運動器機能向上加算	231円
要支援1	サービス提供体制強化加算Ⅱ1	25円
要支援2	サービス提供体制強化加算Ⅱ2	50円

③ 『介護予防サービス・介護サービス共通』

介護職員処遇改善加算（Ⅰ）

1ヶ月利用単位×40/1000×10.27×1割



静岡市駿河区みずほ3丁目2-2

電話 054-266-5092

FAX 054-266-5094

担当 齋藤・堀井

【関連事業】

デイサービスセンターみずほ 一般型

電話 054-257-2673

ショートステイみずほ

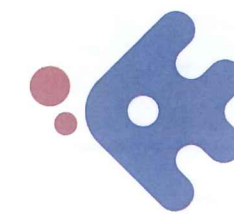
電話 054-266-5091

みずほ居宅介護支援事業所

電話 054-266-5093

ビーラインみずほ（女性だけのフィットネス）

電話 054-257-3734



株式会社 アイフレックス

Ai+FLEX

デイサービスセンター

みずほ

機能訓練型



みずほの特徴

午前・午後に分かれた「**半日型**」デイサービスです。（定員10名）

少人数制なので、リハビリを1人1人綿密に行うことができます。

見学・一日体験もできます。
お気軽にお問合わせください。

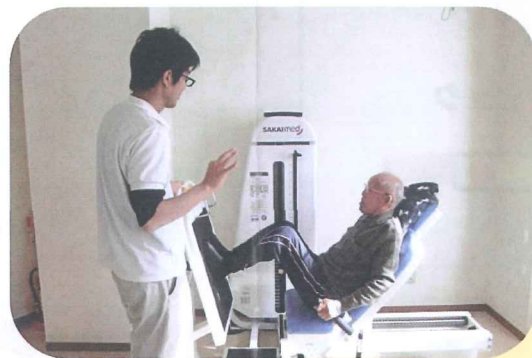
元氣はやる気！！

パワーリハビリとは…？

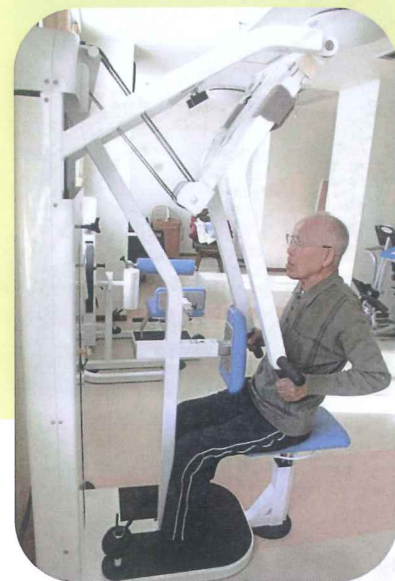
身体に痛みのある方は運動に対する抵抗が強い事と思います。

“パワーリハビリ”はどの疾患の方にも対応が可能であり、痛みを悪化・増強する事無く行える運動となっています。また日頃使えていない筋肉も動かす事にもなる為、身体全身の活性化にも繋がります。

足の筋肉の運動と同時に股、膝足関節も動かす為、体重が加わる事で関節に痛みが生じる方は無理なく関節運動が出来ます！！



足の運動



肩・肘肩甲骨の運動

肩から背中中の筋肉を使い、肩甲骨も動かす事で、背筋の伸びた良い姿勢を保てます。

腹筋を使って、立ち上がる際に大事な体の前屈運動です。



前屈・腹筋の運動

股関節が固いと腰痛、歩行にも影響が出ます。歩行バランスに大事なお尻の筋肉を使いながら股関節を動かします。

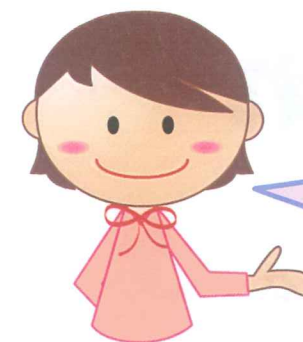
足の力でペダルを踏み込み、ハンドルを持って行える為、手の運動と同時に行え、持久力も付ける事ができます。



股関節の運動



全身の運動



こんな事もやっています！



—低周波（電気）治療—
痛みや、凝りのある患部に電気を当てる事で、血流を改善、痛みの軽減をします

—関節可動域訓練—
骨折・脳卒中などで動きにくくなってしまった関節を動かします。



—セラバン（筋トレ）—
身体の状態に合った強さのゴムを使って行う筋力トレーニングです。

—小さな花壇です☆—
お花や野菜などを育てています。好きな方は是非一緒に土いじりをしませんか？



作業療法士が個別に相談にお乗りします