

指定通所リハビリテーション・指定介護予防通所リハビリテーション

西宮協立デイケアセンター

ほほえみ 第2ほほえみ

みなさまの生活が健康で笑顔あふれるよう応援します！



社会医療法人 甲友会

デイケアだからできること

1 生活につながるリハビリテーション

疾患や加齢により低下した、心身機能や生活活動を維持・向上するための専門的リハビリテーションを行います。



「トイレに行く」「食べる」「家事をする」「外出する」などの動作練習



「話す」「聞く」「読み書き」などのコミュニケーション練習



「就労」「趣味活動」「地域活動」など社会参加への支援



成果が分かる！
3ヶ月ごとの体力測定

2 居宅訪問

自宅訪問し、実際の生活場面をみた上で、必要なリハビリテーションを計画。ご自宅の環境に合わせたリハビリメニューを提案します。



自宅のお風呂で動作チェック

3 アドバイス

お一人おひとりの心身機能や生活に合わせ、介助方法や福祉用具をご提案します。



介助方法のアドバイス



福祉用具のご提案



「訪問リハビリテーション」という選択

ご自宅に理学療法士など、リハビリテーション専門職が訪問し、実際の生活の場でリハビリテーションを行います。訪問リハビリテーションだけのご利用も可能です。

【対象者】

- 目標がある方
- デイケアを利用中の方
- 通所系サービスを休止中または利用前の方
- デイケア・外来リハなどを修了した後の方

ご利用のながれ

まずは、相談しながら“目標”を決めます。



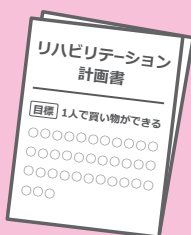
面接・医療情報確認（ご利用前）

- 心身機能やご自宅の環境をみた上で、相談しながら目標を設定します。
- かかりつけ医からの診療情報提供を受け、デイケアの医師の指示でリハビリテーションが開始となります。



“目標”達成のための“計画”を立てます。

①計画・リハビリテーション会議



- リハビリテーションの目標にあわせた計画を立てます。
- ご本人・ご家族・ケアマネジャーなど関係サービスの方と情報共有し、チームで目標へ向けたサポートをします。（要介護の方は、リハビリテーション会議を行う場合があります）
- デイケアの医師がリハビリテーション計画を確認し、ご説明します。



＼さあ、いよいよ“リハビリ”スタート！／

②リハビリテーション実施

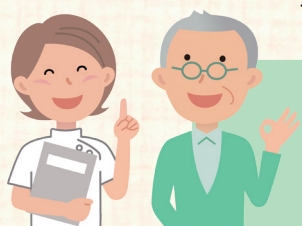


買い物に伴う
動作の練習
歩く、つかむ
などなど。

- 目標を目指して約3ヶ月間、リハビリテーションを行います。
- 自主練習や環境の工夫などのアドバイスも行います。



大切なのは“継続”すること。生活の場でもリハビリを！



修了・卒業後フォロー

- 修了されてから約1月後、継続できているかを確認するために、ご訪問いたします。

西宮協立デイケアセンターの特色

豊富な種類のリハビリで、オリジナルメニューを作ります

マシントレーニング以外のリハ内容も豊富にあり、通所の場合だけのリハビリに加え、自宅でもできる練習などを盛り込んだ「個別のリハビリメニュー」を作成します。

POINT ひとり一人の生活目標や身体機能に応じて、リハ計画を作成します。



ほほえみ



第2ほほえみ

利用されている方

※介護保険をお持ちの方が利用できます

- 骨折後（脊椎圧迫骨折・大腿骨頸部骨折など）
- 脊柱管狭窄症など
- 脳梗塞・脳出血後の後遺症（麻痺・高次脳機能障害・失語など）
- パーキンソン病・脊髄小脳変性症など神経難病
- 認知機能低下・認知症など

同じ疾患や困りごとの方と、少人数グループも行います。



口腔グループ

POINT 退院直後などの場合、短期集中的な取り組みに対応し積極的なリハビリテーションを支援できる体制を整えています。

ご利用料金 【参考】一割負担の場合

【介護予防の場合】

要支援1：2,268単位/月（2,457円/月）

要支援2：4,228単位/月（4,579円/月）

【要介護の場合】基本料金（要介護1の場合）

ほほえみ：486単位/日（527円/日）

第2ほほえみ：715単位/日（775円/日）

【その他加算】※ご本人の状態、介護度により異なります

リハビリテーションマネジメント加算（ハ）：793単位/月（859円/月）

短期集中リハ加算：110単位/月（120円/月）など

口腔・栄養のサービス提供も対応可能です

POINT 短時間（1時間以上、2時間未満の利用についてもご相談ください）

半日型

西宮協立デイケアセンターほほえみ

短時間でリハビリテーションのみを行います

個別のリハビリメニュー

ご自宅でもできる練習を盛り込んでいます。メニューを見て、主体的に取り組むことができるようにサポートします。生活・外出・仕事などの目標がある方も多く利用されています。

ほほえみリハビリメニュー			
メニュー	回数・時間	注意・目的	備考
1 マット	全体的運動(歩)	各20回	①お尻上げ ②膝上げ ③膝ひねり ④足伸ばし伸ばし ⑤つ
2 平行棒	足の筋力(屈)	自主トレ	①足踏み ②お尻上げ ③足伸ばし伸ばし ④スクワット ⑤外足立ち ⑥つま先立ち ⑦のりこぎ ⑧のりこぎ
3 平行棒	歩行・足踏練習(屈)	各3往復	①後ろ歩き ②横歩き ③ブロックまき ④段差昇降
4 テーブル			
5			
6 ①レッグプレス	kg 30回	目的: 太もも全体の筋力を鍛えます。	
7 ②自転車	w 5分	目的: 全身持久力の向上や股関節の動きを引き出します。	
8 ③エクステンション	1.5 30回	目的: 太ももの前面を鍛えます。	
9 ④チェストプレス	2 30回	目的: 胸や腕の筋力を鍛えます。	
10 ⑤トレッドミル	km/h 5分	目的: 一定のスピードで歩くことや持久力の向上です。	
11 ⑥滑車	5分	目的: 肩周りの関節の動きを拡大します。	
12			
13			

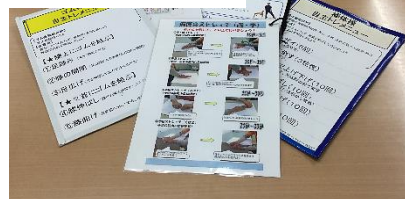
屋外歩行練習



パソコン練習



豊富な体操



1日型

西宮協立デイケアセンター第2 ほほえみ

食事・入浴もリハビリテーションの一環として取り組みます

リハビリ

平行棒やマット・マシン・椅子や机での体操・作業など、一日無理なく過ごせるリハメニューをご用意します。

テーブルメニュー			
メニュー	回数・時間	実用方法・注意	備考
1 英語プリント	1枚	英語ファイル	
2 口の体操	1回	口の体操のカードを指さして練習	
3 顔の体操	1回	顔の体操のカードを指さして練習	
4			
5			
6			
7			
8			
テーブル運動メニュー			
メニュー	回数・時間	実用方法・注意	備考
1 ワイヤリング	30回	ワイヤリングのカードを指さして練習	
2 体操	各10回	体操のカードを指さして練習	
3 かかと上げ	50回	かかとの体操のカードを指さして練習	
4 つま先上げ	20回	つま先の体操のカードを指さして練習	
5 ポール転がし	各10回ずつ	ポールの体操のカードを指さして練習	
6			
7			
8			
平行棒運動メニュー			
メニュー	回数・時間	実用方法・注意	備考
1 立ち上がり	10回×2	立ち上がりの体操のカードを指さして練習	
2 脚をスイング	各10回	脚をスイングの体操のカードを指さして練習	
3 歩行練習	20往復×2	歩行練習の体操のカードを指さして練習	
4 腰の体操	10回×2	腰の体操の体操のカードを指さして練習	
5			
6			
7			
8			
マット運動メニュー			
メニュー	回数・時間	実用方法・注意	備考
1 お尻上げ	10回×2	お尻上げの体操のカードを指さして練習	
2 お尻上げ	10回×2	お尻上げの体操の体操のカードを指さして練習	
3 お尻上げ	10回×2	お尻上げの体操の体操のカードを指さして練習	
4 お尻上げて立ち上がり	10回×2	お尻上げて立ち上がりの体操のカードを指さして練習	
5 お尻上げて立ち上がり	10回×2	お尻上げて立ち上がりの体操の体操のカードを指さして練習	
6			
7			
8			

昼食

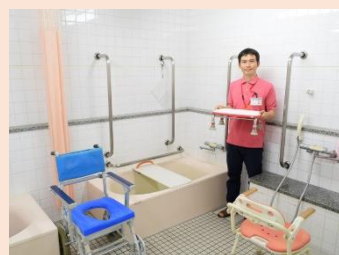
嚥下機能に応じて、お食事の形態を調整します。一口大・刻み・とろみなど嚥下状態に応じ調整します。



1食750円

入浴

浴槽は一般的なものです。手すりや入浴用の福祉用具をご用意していますので、身体機能に応じた方法にて支援します。



入浴介助Ⅱ
60単位 (65円/回)

半日型 自立支援をサポート！

西宮協立 デイケアセンター ほほえみ

ご自身のペースで行う自主トレを中心に「できることは自分でするケア」を推進。在宅生活・地域生活へつながるようサポートします。

午前

午後



ご自身で来所、またはお迎え

9:15

13:30

リハビリテーション



12:25

16:40



ご自身で帰宅、またはお送り

1日型 生活につながるリハビリ！

西宮協立 デイケアセンター 第2ほほえみ

食事・入浴・排泄なども含め、1日を通した関わりにより、個々の生活リズムやご自宅の環境に合わせたリハビリテーションを実施します。



ご自身で通所、または送迎

9:30

15:45

リハビリ
テーション
または
入浴

リハビリ
テーション
または
入浴



12:15
食事



※時間はおおよそです

周辺地図

阪急・阪神

今津駅 徒歩7分です。



送迎について

● 西宮市一部(同心円上2km以内)

当センターから 2km 以上になる場合はご相談ください。地域により、送迎できない場合がございます。ご家族での送迎もお受けしております。



西宮協立デイケアセンター ほほえみ

〒663-8245 西宮市津門呉羽町10-13

☎ 0798-36-6780 ☎ 0798-36-6766

✉ daycare@nk-hospital.or.jp

事業所番号 2870903164

西宮協立デイケアセンター 第2ほほえみ

〒663-8245 西宮市津門呉羽町9-10 1F

☎ 0798-33-3501 ☎ 0798-33-3502

✉ daycare2@nk-hospital.or.jp

事業所番号 2870904584