

デイセンター寿楽では、ご利用者の生活が豊かになるように  
以下のような取り組みに力をいれています。

## 「個別機能訓練」

5人以下の小グループで、機能訓練指導員を中心に個々のニーズに応じたメニューを実践しています。  
歩行能力・筋力・バランス力などの**機能向上訓練**を実施しています。気候が良い時には、気分転換を兼ねて近くの公園までご自身で歩いていただいています。



### 個別機能訓練加算算定にあたり

○個別機能訓練加算（Ⅰ）

イ 56単位/日

(1割負担:58円/

日)

○個別機能訓練加算（Ⅱ）

20単位/月



映像を見ながら、他の方と一緒に運動することで、一体感が生まれモチベーションがアップし、運動の継続性にも繋がります。



プーリー

滑車にロープをかけた  
上肢交互運動器です。  
上がりにくい肩の可動  
域が広がり、肩周囲や  
脇下がストレッチされる  
ので、拘縮の予防になり  
ます。



バランスマット訓練

あえて柔らかく不安定  
なマットの上に立った  
り、足踏みを行うこと  
で、バランス能力が鍛え  
られます。



踏み台昇降運動

片足ずつ階段を上げる  
ように踏み台昇降運  
動を行うことで、有酸素  
運動となり、また下肢筋  
力の向上にも効果があ  
ります。



実際に、外を歩いていただくこ  
とで、日頃の機能訓練の効果を  
評価することができます。  
また、近くの公園に行くことで、  
気分転換にも繋がります。



## 「外出機能訓練」



個別機能訓練の一環として、**外出機能訓練**を実施しています。  
ご利用者が自らコンビニやスーパーに行き、店内を自分の足で歩き、目で商品を選ぶという動作が、生活力UPに繋がります。



支払いもご自身で

## 「買い物支援」



ご利用者の希望に応じて、自宅での生活を少しでも長く続けていただけるよう、食料品や衣類・雑貨などの**買い物支援**のお手伝いしています。



家に植える花を選んで

※買い物支援につきましては、家族構成・生活状況などを踏まえ相談の上、実施させていただきます。

## 「外出レク」



近隣への散歩やドライブに出掛けることで、ご利用者の心身機能の改善や生活意欲の向上、ストレス緩和などに効果があります。



足湯へドライブ



近隣の公園で散歩

お問い合わせは、主任生活相談員 **中島** まで