

ヘスティア華城 機能訓練デイサービスのご案内

デイサービスの流れ

午前の部(8:50~12:00)
午後の部(13:10~16:20)
の2部制です

午前 ~08:50 送迎
午後 ~13:10
ご自宅までお迎えに伺います



午前 08:50~
午後 13:10~
バイタルチェック
準備体操



※運動内容の見直しのため、定期的にご本人やご家族との面談と、ご自宅訪問を行います。住宅環境を確認した上で、福祉用具などの提案も行います。

※個別での運動指導は行いますが、マッサージをはじめとする徒手的な訓練はありません

午前 09:20~
午後 13:40~
運動開始



①目的別体操

お体の状態に合わせた体操を行います。

全身の筋力強化、腰痛体操、むくみ、有酸素運動、バランス強化など、流行りの体操グッズを使って楽しく体操を行いましょう！



②マシーントレーニング 機械を使ったトレーニング を行います。

←コグニバイクという
自転車を漕ぎながら
脳トレする最新の機械が
あります！
楽しく脳トレしましょ
う！



③生活実践訓練

生活場面を想定した動作訓練を行います！

- ・お風呂に入るのが怖くなった
- ・料理がしたい
- ・一人でトイレに行きたい

という方の希望に沿ってリハビリを行っています。できることを増やしていきましょう！



キッチンあります！一緒に調理訓練ができます！



トレーニング内容は、機能訓練指導員との面談や生活の様子を確認したうえで、一緒にプログラムを決めます。お体の状態に合わせ、運動量を調節していきます。

体験、ご相談承ります！
お気軽にお電話ください。



ヘスティア華城
機能訓練デイサービスセンター

防府市伊佐江1569-1
☎0835-27-3377

午前 11:40~
午後 16:00~
整理体操 振り返り



午前 12:00~ 送迎
午後 16:20~
ご自宅までお送り
いたします

加齢や体のせいにして、やりたいことをあきらめていませんか？やってみたら、案外できたりすることがあります。方法をかえたり、便利な道具を使うことで、できるときもあります。諦めずに頑張ってみようかなと思われるならぜひご相談ください。