

通所リハビリテーション「なごみ」 ■ 介護・予防プログラム ■



午前8時30分～

朝の迎え(自宅の玄関までお迎えにまいりますので、玄関内でお待ちください)

午前9時25分～

身体状況チェック (問診、血圧、体温を測定し身体の管理を行っています)

生活状況チェック・午後のリハビリの選択

健康回診 (健康管理の結果を、曜日担当医師が確認し、必要に応じて診察しています)

午前9時40分～

集中リハビリ いきいきリハビリ

リハビリの専門スタッフが集中的な個別指導・支援を行います



生活動作体操

入浴、更衣、排泄等に活かせる動作を身につけましょう

サークルリハビリテーション (趣味/余暇)

活気のある生活を目指しましょう

入浴・更衣訓練

- ・身体状況の観察
- ・入浴、整容、更衣の訓練、支援を行います



午前11時30分～

健口体操 (口腔・嚥下運動を行うことで、唾液を出しやすくしたり、食物の飲み込みをよくします)

午後12時00分～

昼食/口腔ケア指導/休息の時間

午後からの活動はご自分で選択したコースに参加しましょう

午後1時00分～

エクササイズコース 体を動かしましょう

<体操教室>

- ・腰、膝痛予防体操
- ・転倒予防 など

脳活コース

脳を働かせましょう

<活性脳トレ>

- ・集中力を高めよう
- ・記憶力を高めよう



入浴・更衣訓練

- ・身体状況の観察
- ・入浴、整容、更衣の訓練、支援を行います



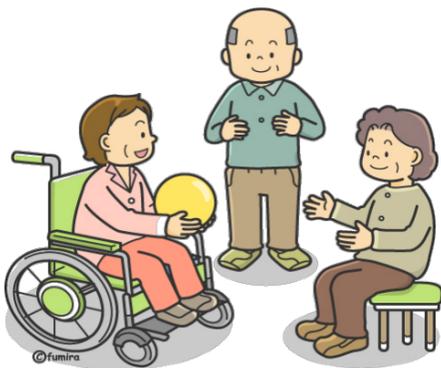
午後3時00分～

茶話会 (おやつ) ・帰宅準備

午後3時35分～

帰宅開始

帰りの挨拶後、ご自宅へお送りいたします。(利用状況をご家族へ御報告いたします。また、送迎は、ご自宅と通所リハビリテーション間の移動のため、途中での下車はできません。)



※ご不明な点や連絡等ございましたら、連絡帳や電話でその都度対応いたします。いつでもお気軽にご相談ください。