



デイサービス ひだまり



利用者募集中！
(見学も送迎付で
随時承ります)



半日のスケジュール

ご自宅までのお迎え

ご挨拶・健康チェック

太極拳ゆったり体操

ティータイム

リラクゼーション
(足温浴・足裏マッサージ・整体)

個別機能訓練プログラム

ご挨拶・ご自宅までお送り

ご利用料金

国基準 (A6)	ご利用料金(1ヶ月)	
	1割負担	2割負担
要支援 1	1,927円	3,854円
要支援 2	3,882円	7,764円

総合事業 (A7)	ご利用料金(1ヶ月)	
	1割負担	2割負担
要支援 1	1,536円	3,072円
要支援 2	3,072円	6,145円

地域密着型通所介護	ご利用料金(1回)	
	1割負担	2割負担
要介護 1	446円	892円
要介護 2	512円	1,025円
要介護 3	579円	1,158円
要介護 4	643円	1,286円
要介護 5	711円	1,421円

※上記の他、各種加算も加わります。また、収入によっては3割負担の場合もございます。詳しくはお尋ねください。

ご利用案内

- 利用日 月～金曜日 ※祝日も営業
- 定休日 土・日
- 受付時間 8:30～17:30
- 利用時間 ① 9:15～12:20
② 13:35～16:40
- 利用定員 10名

サービス実施地域

東京都 狛江市
東京都 世田谷区 の一部
東京都 調布市 の一部
※詳しくは、お問い合わせください。

〒201-0004
東京都狛江市岩戸北4-17-24 キャッスル5-102
【ホームページ】 day-hidamari.com
【メール】 hidamari.day2013@gmail.com

【Tel】 03-6796-2190

【Fax】 03-6751-1207

まずは、お気軽にお問い合わせください！



・空き情報
・送迎範囲
こちらから
どうぞ ↓



こんな方にお勧めです

太極拳ゆったり体操 リラクゼーション



しっかり身体を動かした後は、心と身体を癒して
毎日を元気に、楽しく、過ごしましょう！！

- ☑ 要介護認定を受けている方、特に要支援～要介護2の方
- ☑ 身体を動かすことが好きだ
- ☑ 運動が必要だと言われていたけど、何をして良いかわからない
- ☑ 体力がないから、運動なんて無理だとあきらめている
- ☑ 運動はしたいけど、一人ではなかなか続かない
- ☑ 運動の大切さは分かるけど、辛いのはいやだ
- ☑ みんなとワイワイ過ごしたいが、レクリエーション等よりも運動がしたい
- ☑ ふだんの移動が車椅子の方でも、介助歩行ができる方はご利用可能です
- ☑ 以下のような疾患をお持ちの方にもお勧めしています
 - ・整形疾患の方（膝痛、腰痛、肩痛等）
 - ・脳血管障害の方（片麻痺等）
 - ・糖尿病の方 ・パーキンソン病（症候群）の方

私たちが自信を持ってお勧めするプログラムです

【太極拳ゆったり体操】 【リラクゼーション】 【個別機能訓練】

「太極拳ゆったり体操」は、高齢者の介護予防を目的として、福島県喜多方市と福島県立医科大学、会津保健所が協働で開発したものです。身体の奥の筋肉（体幹）を鍛えるのでバランス機能が向上し、転倒予防にも効果があります。

湯治で有名な秋田県玉川温泉。その岩盤浴をお手軽に足から体験できます。北投石の効果で足の芯まで温まります。お湯を使わないので衛生的です。

お一人お一人のお身体の状態に合わせた「個別機能訓練プログラム」を立案し、実施しております。



足裏の反射区を刺激して、血流改善・身体の活性化を図ります。痛気持ちよい刺激でリラックスできます。

