

アクティブデイしばた緑町

ご利用案内

- ①機能訓練に特化（マシントレーニングや集団体操など）
- ②理学療法士による自主訓練プログラムの作成や身体の評価
- ③社会交流と通して、生きがいつくり

営業日/定員

→ 月曜日 ~ 金曜日 午前 9:00~12:00
午後13:30~16:30

*原則として、**土日曜日、国民の祝祭日、年末年始、お盆**はお休みとさせていただきます

→ 利用定員 午前の部：10名 午後の部：10名

持ち物

- 内履き
- タオル
- 連絡帳
- 介護保険証（初回、更新時）
- お薬の説明書、お薬手帳（初回、変更時）
- 保険証関係（初回、更新時）

1日の流れ

午前

午後

～

～

≫ お迎え

車でご自宅までお迎えにあがります。
※車イス専用車もございます

9:00

13:30

≫ 到着・健康チェック

体温、血圧測定や問診による体調確認をさせていただきます。

9:20

13:50

≫ 集団体操・口腔体操

◇集団体操
ベットやマットを使って、全身の筋力トレーニングを行います。
ももの裏や両わきの下を伸ばしたり、背中をまるめて肩甲骨のまわりの筋肉を伸ばしたりとストレッチ運動を行います。



◇口腔体操は飲み込みが悪くなったり、むせが出ることを防ぐために有効です
(首の運動、肩回し、口の開閉、舌や頬の運動、深呼吸など)

10:00

14:30

≫ ティータイム

休憩をとっていただき、無理なくトレーニングを行っていただきます。

10:15

14:45

≫ トレーニング・個別機能訓練

個別プログラムに基づいて、マシンやマットなどを使ったトレーニングを行います。理学療法士による個別指導を行います。

12:00

16:30

≫ ご帰宅

車でご自宅までお送りいたします。

マシントレーニング



レッグプレス

- 下肢全般の筋力強化
- 日常生活に使う筋肉を数多く鍛えられるので日頃の健康維持に最適



チェストプレス

- 腕、大胸筋を強化
- ベンチプレスに比べて安全性が高く筋トレ初心者や高齢者に最適



レジスタンスチェア

- 筋持久力、柔軟性や身体の各部のバランス向上
- ケーブル変更で様々な運動が可能



リカンベントエルゴサイザー

- 安定感のある座位姿勢をとることにより、リラックスした状態で有酸素運動が可能



マグネットバイク

- 効率的な有酸素運動が可能
- 膝や腰への負担が少ない



トレッドミル

- 屋内で長距離歩行が可能
- 歩行速度を調整でき、自分のペースで運動が可能



ストレッチボード

- 足関節の硬化の改善
- 体の側面、背筋、腰などを伸ばしけが予防ストレッチ



ジムニックボール

- 体幹のバランス訓練などに使用
- リラクゼーション効果もある



ドクターメドマー

- 血行促進
- むくみ改善
- 神経痛の痛み緩和 など



ホットリズムー

- 血流改善、新陳代謝の促進
- 血行不良による痛みやしびれ緩和

～ 施設内の様子 ～

玄関



相談室



フロア



静養室



洗面所



お手洗い



飲み物をご用意しています



料金表／支払方法

H27.4.1

▶ 予防給付利用者負担金

※定額制／1ヶ月利用毎

基本サービス		各種サービス加算（月額）				個人負担額（月額）
	① 月額	② 運動器機能向上 加算（月額）	③ サービス提供体 制強化加算Ⅰイ （月額）	④ 介護職員処遇改善加算		①+②+③+ ④ （月額）
要支援1	1,647円	225円	72円	((①+②+ ③)×4%	78円	2,022円
要支援2	3,377円	225円	144円		150円	3,896円
（例）要支援1でデイサービスを1月に4回ご利用された場合 $2,022円 + (108円 \times 4回) = 2,454円$						

▶ 介護給付利用負担金

※出来高制／1回利用毎

基本サービス		各種サービス加算					個人負担額
	① 3時間以上 5時間未満	② サービス提供体 制強化加算Ⅰイ （月額）	③ 個別機能訓練加 算Ⅰ	④ 個別機能訓練加 算Ⅱ	⑤ 介護職員処遇改善加算		①+②+③+④+⑤ （月額）
要介護1	426円	18円	46円	56円	((①+② +③+ ④)× 4%	22円	568円
要介護2	488円					24円	632円
要介護3	552円					27円	699円
要介護4	614円					29円	763円
要介護5	678円					32円	830円
*送迎を行わない場合（ご利用者様が自ら通う場合、ご家族様が送迎を行う場合）							▲47円/片道
（例）要介護1でデイサービスを1日利用した場合… $(568円 + 108円) \times 1回 = 676円$							

その他（保険適用外諸費用）

おやつ代	飲み物、お菓子など	108円/1回
------	-----------	----------------

▶ 支払方法

ご利用料金・おやつ代は、1ヶ月分まとめて翌々々月の5日にご指定の口座より引き落とさせていただきます。その際、引落手数料として108円が毎回、利用料と併せて引落となります。

例）4月のご利用分・・・7月5日にご指定の口座から引落し

地図/送迎



自家用車：

国道7号線 城北交差点より
2分 北越病院そば

送迎：

ご希望に応じて送迎
いたします

送迎エリア：新発田市

(旧赤谷小学校区を除く)

〒957-0018

新潟県新発田市緑町1丁目13番10号

TEL：0254-22-2020

FAX：0254-22-2023

URL：<http://www.aiko.or.jp/>

E-mail：active-day-midoricho@aiko.or.jp

事業所番号：1570601540

担当：齋藤（生活相談員）

*当センターでは、個人情報保護法に関する諸規定を遵守し、情報漏洩をしないことを誓約します