～ スケジュール ～

事業所名：リハビリデイサービスフアイブホソジマミナミ

機能訓練を行うだけでなく、生活指導や在宅改修相談援助など、包括的なケアをさせていただきます！
お問い合わせ、見学や体験のお申し込みはお気軽にどうぞ！

【半日コース利用の例】

午前	9:10	**お迎え・来所 健康チェック**	施設に到着後、体温、血圧、脈拍などを測定し連絡帳に記入します。 
	9:45 ～ 10:00	**ストレッチ**	皆様揃ったところで全体体操（首、手、肩、他）をしっかり行った上で機能訓練プログラムを行います。 
	10:00 ～ 11:00	**メインプログラム**	レッドコード / リラクゼーション / 個別トレーニング / 作業療法
	11:00 ～ 11:30	**体操(筋トレ、脳トレ)**	道具を利用した筋肉運動や、体(指・手・足)を動かして頭の体操を行います
	11:30 ～ 12:10	**昼食**	バランスの良い食事をご提供いたします。 ※DM 食、禁食、キザミ、お粥等対応させていただきます。 
	12:10	**終了・お送り**	お疲れさまでした。
午後	13:15	**お迎え・来所 健康チェック**	施設に到着後、体温、血圧、脈拍などを測定し連絡帳に記入します。 
	13:40 ～ 14:00	**ストレッチ**	皆様揃ったところで全体体操（首、手、肩、他）をしっかり行った上で機能訓練プログラムを行います。 
	14:00 ～ 15:00	**メインプログラム**	レッドコード / リラクゼーション / 個別トレーニング / 作業療法
	15:00 ～ 15:30	**体操(筋トレ、脳トレ)**	道具を利用した筋肉運動や、体(指・手・足)を動かして頭の体操を行います
	15:30 ～ 16:15	**おやつ**	雑談やゲーム、作業療法を行いながら、お好みのお飲み物とお菓子をお楽しみください。 
	16:15	**終了・お送り**	お疲れさまでした。

レッドコード	ノルウェー発祥の運動療法。筋力増強やストレッチなど安全な運動を提供します
リラクゼーション	干渉波やエアマッサージで身体をリフレッシュします。
個別トレーニング	平行棒を利用したバランストレーニングや、マシーンでの筋力トレーニングなど。
作業療法	サンディングやピンチなど手先を使うトレーニングやゲーム、パズルなどを行います。

上記スケジュールとは別に理学療法士・作業療法士による完全マンツーマン個別機能訓練を実施します。
お試し利用も可能ですのでお問い合わせ下さい。

リハビリデイサービスフアイブホソジマミナミ
浜松市中区細島町１番３号　【2277201022】
TEL：053-411-5558　FAX：053-411-5523
送迎の範囲：浜松市中区、南区、東区

地図

