

ウェルネス デイケアセンター



【1日の流れ】

8:00～

10:30

★送迎(車椅子送迎可能)

- ・送迎範囲: 桑名市・東員町(左記以外の場所是要相談)。
- ・迎え送りの時間希望がある場合は、出来る限り対応させていただきます。

9:00～

12:00

★入浴

- ・お風呂用の車椅子を用いて、車椅子の方も浴槽に入り、ゆっくりとつかって頂けます。

10:00～

11:30

★体操・レクリエーション

- ・毎月、季節に合わせた貼り絵を行っています。
- ・体を動かすレク・頭を使うレク・カラオケなどを日替わりで行います。
- ・月2回、音楽療法があります。



11:45～

11:50

★言語聴覚士が考えた食前体操を行います。

12:00～

★昼食

13:30～

15:00

★リハビリ室でリハビリを行います。



14:30～

15:30

★休憩・漢字問題と計算問題を行います。

15:30～

★送迎 自宅へ順次お送ります。

【楽々くらぶ】

集団で行うレクではなく、少人数で行うレクとして行っています。

★フットマッサージ

- ・月2回行っています。
- ・足浴・足つぼ・フットマッサージ等をして、すっきりとした気持ちになって頂きます。

★おやつレク(材料費入ります)

- ・月2回行っています。
- ・1回4～5人くらいで、季節に合った和菓子や洋菓子を作ります。

★ゲーム(麻雀、トランプなど)

- ・月2回行っています。
- ・男性利用者様が中心に楽しまれています。特に麻雀を行う日は、朝から準備をするなど楽しみにされています。

★散歩

- ・外を歩くと、アスファルト・信号・段差・車・自転車など気を付けることはとても多いです。実際に外を歩き、注意することと一緒に感じていきます。
- ・外を一人で歩くのは怖いけど、散歩はしたい・・・そんな想いを抱いている利用者様と季節の花を見たり、話をしたりしてゆったりとした時間を過ごします。

★三味線(スタッフが弾きます)

- ・日本人になじみのある楽器(三味線)を使い、昔ながらの歌を楽しく歌っています。歌詞の説明も行います。



【外出支援】

★家族と出かける際に注意すること、外を歩くときに注意することなどを実際に出かけて感じて頂きます。

★お店に行って物を選び、お金を払う・・・そういった一連の流れを実際に行って頂きます。

★普段一緒に出掛けることがない利用者様と外に出かけ、外出する楽しさを感じて頂きます。

【運動会・夏祭り】

★ウエルネスグループで運動会を年に2回、夏祭りを年1回を行います。

★利用者様と子供たちが力を合わせて、競技に挑みます。自分の孫やひ孫のような子供たちに接し、子供たちがわからないことを教えるなど自然と交流しています。

★結婚するスタッフがいたら菓子まきを行います。孫やひ孫のために、お菓子を必死に取る利用者様、自分のおやつのために必死に取る子供たち・・・普段は出さない声、必死に伸ばす手、違う一面を見ることが出来る貴重な行事です。



【リハビリ器具の紹介】

★電気治療器の紹介

・痛みの軽減や麻痺側への刺激や廃用防止の効果があります。



《低周波》



《干渉波》



《SSP》



《オートテンス》



《赤外線》



《電気椅子》

★運動器具の紹介

・足の筋肉、体力、関節の可動域の維持向上を目指して行います。



《座ってこぐ自転車》



《フットプレス》



《電動自転車》



《エアロバイク》



《腹筋・背筋運動》



《肩の運動》



《股関節・膝の運動》

★その他の機械等

・牽引や足のむくみ軽減、歩行訓練を行います。



《ウォーターベッド》



《平行棒》



《首・腰の牽引》



《足のむくみ取り》

【リハビリ】

★利用前にウエルネスを受診して頂き、リハビリメニューを決めます。
決まったリハビリメニューに沿って、電気治療、運動を行っていきます。

★日常生活で困っていること、1年後こうなっていたいなど、色々な想いに一緒に取り組んでいきます。

★自宅で出来る運動を提案します。

- ・自宅でも体を動かしたい・・・その方にあった自主練メニューを理学療法士等が考え提案します。



【利用料金】

サービスは介護認定を受けた方がご利用いただけます

サービス料金＝

介護保険外料金（要支援・要介護共通）＋基本料金＋加算料金 の合計額

★介護保険外の料金（要支援・要介護共通）

項目	料金	内容
食事	1日 500円	昼食費、おやつ代
廃棄料	1日 20円	ゴミの廃棄料

★要支援

<基本料金>

介護区分	1ヶ月あたりの利用単位(料金)	利用回数
要支援1	1812単位(1872円)	1回/週 まで
要支援2	3715単位(3838円)	2回/週 まで

<加算料金>

加算項目	1ヶ月あたりの加算単位(料金)	内容
運動器機能向上加算	225単位(232円)	
サービス提供体制強化加算Ⅰ	要支援1 72単位(74円) 要支援2 144単位(149円)	介護職員のうち、介護福祉士の割合が50%以上占める場合に加算されます。
介護職員処遇改善加算Ⅰ	(基本料金＋加算料金)×0.034	

★要介護

＜基本料金＞

介護区分	1日あたりの利用単位数（料金）	
	4時間以上6時間未満	6時間以上8時間未満
要介護1	559単位(557円)	726単位(750円)
要介護2	666単位(688円)	875単位(904円)
要介護3	772単位(797円)	1022単位(1056円)
要介護4	878単位(907円)	1173単位(1212円)
要介護5	984単位(1016円)	1321単位(1365円)

＜加算料金＞

加算項目	単位数(料金)	内容
入浴加算	1回 50単位 (52円)	見守り、声掛けを行い、気持ち良く入浴して頂きます。
リハマネジメント加算	1ヶ月230単位 (238円)	リハビリを実施するために計画を立て、目標に向かってリハビリをしていきます。
短期集中個別リハビリ実施加算	1回 110単位 (114円)	退院後から1ヶ月～3ヶ月の間は、理学療法士等が集中的なリハビリを行い、機能回復を目指します。
重度療養管理加算	1回 110単位 (103円)	要介護3以上の方で、胃ろう等の医学的管理が必要な場合に加算されます。
送迎減算	－47単位 (－49円)	ご自分や家族の方が送迎を行った場合、減算されます。
サービス提供体制強化加算Ⅰ	1日 18単位 (19円)	介護職員のうち、介護福祉士の割合が50%以上占める場合に加算されます。
介護職員処遇改善加算Ⅰ	(基本料金＋加算)×0.034	

※基本料金、加算料金の()内の金額は、

1単位＝10.33円で計算されるため、端数処理により誤差が生じることがあります。

★体験・見学について

- ・体験・見学は随時受け付けています。
- ・体験料 500円

★問い合わせ先

- ・事業所番号 2410105429
- ・住所
〒511-0863 三重県桑名市新西方4丁目83番地
- ・電話番号・FAX番号
TEL: 0594-24-8755
FAX: 0594-24-6926
- ・担当
伊藤奈央子・高井仁美

★アクセス



ウェルネスデイケアセンター

リハビリ器具の紹介

低周波 【時間：10分】

経皮的に疼痛や筋委縮改善に用いられ、神経及び筋刺激を行う機械。
表層筋に刺激を与え、温熱効果、マッサージ、リラクゼーション、血流改善などの効果があります。



麻痺側に行く場合は、、、
刺激がきているときは自分でも
手や足を動かすような気持ちで、
その時間を過ごすとなお効果的
です。

干渉波 【時間：10分】

経皮的に疼痛や筋委縮改善に用いられ、神経刺激及び筋収縮を行う機械。
深部まで刺激を与え、温熱効果、マッサージ、リラクゼーション、血流改善などの効果があります。



SSP 【時間：10分】

経皮的に疼痛や筋委縮改善に用いられ、神経及び筋刺激を行う機械。
表層筋に刺激を与え、温熱効果、マッサージ、リラクゼーション、血流改善などの効果があります。また、つぼにあてる事により、鍼治療に近い効果が得られます。



オートテンス 【時間：10分】

廃用：経皮的に筋収縮を行い、筋萎縮改善、筋力強化、廃用予防に用いられる機械。行っている時は、機能改善したい筋に集中します。

浮腫：筋ポンプ作用を誘発させ、浮腫改善予防をする。

麻痺：電気刺激による筋収縮と自動運動を同期させることで、神経筋促進効果が得られます。



赤外線 【時間：5分】

深部を温めることによって、血流促進、筋緊張の緩和を促す機械。



ハッピーライフ 【時間：5分】

身体の新陳代謝を活発にし、各種疾患の痛みや不定愁訴等の治療、自律神経の調整に効果を発揮する機械。頭痛、肩こり、腰痛、手足のむくみや痺れ、不眠症、便秘などに効果的です。



リカンベント 【時間：10分】

下肢の筋力強化や関節形成運動、持久力の向上を目指す機械。



フットプレス 【時間：10分】

下肢の筋力強化を目指す機械。疲労感の出るところに設定して行います。痛みや状態に応じて軽めでもよい。



セラバイタル【時間：10分】

関節形成運動、拘縮予防、廃用予防改善を目的とした機械。自動でペダルが動くが、自分でも漕ぐようにします。



エアロバイク【時間：10分】

関節形成運動と有酸素運動によるウェイトコントロール目的で使します。



アブドミナルフレキサー・バックエクステンションマシーン 【20回度】

腹筋・背筋の筋力強化を目指す機械。



フロントプレス 【20回程度】

前胸部～上腕の筋力向上・体幹筋力強化を目指す機械。疲労感の出るところに設定する。痛みや状態に応じて軽めでもよい。



ビタクライド 【20回程度】

上肢、体幹部の筋力強化や有酸素運動のための機械。レシプロカル（交互・相互）運動により麻痺上肢も自動的に動きます。麻痺側の手はグローブをつけて行います。



プーリー 【時間：5～10分】

レシプロカル（交互・相互）運動です。肩関節の可動域維持向上、拘縮予防、廃用筋萎縮の予防を行う機械。痛みが出ない範囲で、可能な限り大きく動かすようにする。



平行棒

歩行・姿勢訓練、バランス訓練、立ち上がり訓練に使用する機械。高さは身長 $\frac{1}{2} + 2 \sim 3$ cm に合わせます。



テラセンサー

バランス能力及び歩行の安定性・姿勢制御能力・感覚運動能力の向上を目指すために行います。



ヒップアブダクター&アダクター 【30回程度】

股関節の角度を一定速度で変化させ、無理なく臀部や股関節の内側と外側の筋を鍛える機械。骨盤を安定させる筋肉の強化により、転倒予防や歩行能力の改善を目指します。



ウォーターベッド 【時間：10分】

血液やリンパ液の流れを促進させ、疲労回復や筋緊張の緩和を行う機械。便秘やストレス解消にも効果があります。



牽引（首・腰） 【時間：10分】

首や腰の筋のストレッチ効果や椎間板の除圧を行う機械。筋を主体とする軟部組織の過緊張による虚血が原因の疼痛などを改善する。



K-V 【時間：7分】

下肢を拳上し、振動を加えることにより、足のむくみの改善や下肢筋肉の緊張を軽減させる機械。



メドマー 【時間：10分】

血行促進、浮腫軽減改善、疲労回復、神経痛や筋肉痛を緩和する機械。空気の加圧・除圧を繰り返し、筋肉の収縮・弛緩運動のような作用をして、リンパ液と静脈血の還流を促進する。

