

## 通所リハビリテーション(デイケア)

# つどい

- 理学療法士・作業療法士による個別リハビリテーション
- メディカルスポーツトレーナーによるパワーリハビリ(筋力トレーニング)
- 介護職員によるスリングセラピー(天井からつるしたヒモを使った体操)
- 看護職員による口腔ケア

「つどい」はリハビリ機能充実の灘診療所の通所リハビリテーションです。

[営業日] 月曜～金曜 ※祝日も営業

[営業時間] 9時30分～16時30分

[休日] 土曜・日曜

[実費] 昼食・おやつ代 700円

◆見学・体験利用随時受け付けています。

◆介護保険でご利用いただけます。

ろっこう医療生活協同組合 つどい

神戸市灘区水道筋 6-6-3 灘診療所4階

TEL 801-6711



「つどい」は  
灘診療所の4階です

## つどいの一(例)

### 9:00 ご自宅までお迎え

送迎はご自宅まで送迎します。車いすの方もリフト車で安心です。

### 9:30 ボランティアさんによる 喫茶サービス

### 10:00 健康チェック

看護師による健康チェックを行います。体温、血圧、体調、持参薬の確認など

### 10:30 リハビリテーション

### 11:00 入浴

一般浴と特別浴で対応しています。お一人で入浴が困難な方、車いすの方でも安心です。

### 11:30 お口の体操

### 12:00 昼食

お弁当ではなく厨房で作った出来立てです。昼食後はうがいや歯磨き、義歯の洗浄などを行います。

### 13:00 ゆとりの時間

### 14:00 パワーリハビリテーション

### 15:00 おやつ

### 15:30 歌やゲーム

### 16:00 ご自宅までお送り

# つどいのリハビリ

《ご希望に応じてご利用いただけます》

つどいでは理学療法士、作業療法士、メディカルスポーツトレーナーによるリハビリと14種類のリハビリ機器、運動療法機器、物理療法機器などを取り揃えて皆様の利用をお待ちしています



## ニューステップ

ほぼ全身の筋肉を使つての有酸素運動。基本的な体力強化と心肺機能、循環器機能改善をはかります。



## モマー(空気圧マッサージ機)

空気圧により、足先から太ももまで揉み上げて血行促進、疲労回復をはかります。



## セラバンド(左)

## フィットネスボール(右)

テレビや雑誌で話題の商品。筋力アップやシェイプアップ、リハビリなどに広く使われています

## 乾式ホットパック装置

電氣的に患部を温め、振動で筋をほぐしていきます。血流の増大、鎮静作用があります。

