

# 未来志向型デイサービス

## リハ・うさぎ御影スタジオ Rehabilitation USAGI Mikage Studio

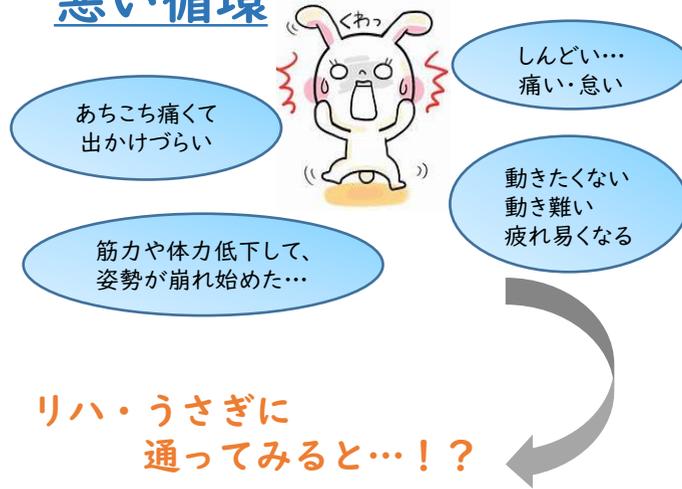


TEL 078-846-3557  
FAX 078-846-3558

### こんなことはありませんか…？

- ・買い物に出掛けるも疲れる
- ・駅や人の多い街中を歩くのが怖くなってきた
- ・しゃがんだり立ったりが、辛くなってきた
- ・自分ではしっかりしているつもりだけれども、本当に大丈夫だろうか？と不安になる時がある
- ・痛みがましになれば、〇〇したいのに…
- ・「あれ、今何しに来たんだっけ？」と思う事が増えてきた

### 悪い循環



### 良い循環



※実際いらっしゃっている  
ご利用者様のご感想です

## 見学・体験募集中

随時、見学・体験受け付けております。  
お申込みは、担当ケアマネジャーにお伝え頂くか  
直接、事業所にお電話ください♪

TEL 078-846-3557



### リハ・うさぎ御影スタジオ

〒658-0047  
神戸市東灘区御影1丁目11-16  
ジュネシス御影1F

営業日 月曜日～金曜日（年始を除く）  
営業時間 8:30～17:30

リハ・うさぎ 検索



リハ・うさぎ紹介動画

ポチッ



運営会社 コウダイケアサービス株式会社  
<https://www.koudai-care.co.jp/>



# リハ・うさぎの特徴

理学療法士が、ご自宅でも行える  
動き方や運動をご提案!

## 4つの要素

1. 「運動」→骨・関節を守り動き易くなる
2. 「癒し」→心と身体の調子を整える
3. 「認知力」→物忘れ・認知症予防
4. 「交流」→人との交流の場

↓ウォーキングマシン(赤)  
…実際に歩くことで「歩く」姿を確認しながら、  
筋力を鍛えられます!



↑ニューステップ(白)  
…身長差問わず、また座って安全に全身の筋力  
を鍛えることができます!



←自転車運動機器  
…「脚が軽くなった月」  
「1歩が出やすくなった!」  
と聞かれます。

…膝腰の悪い方でも、関節  
の動きを滑らかにして脚腰  
を鍛えることができます

←i-padを使って脳活  
…慣れない方でも、操作を  
一緒に行う事で、脳トレや認知  
面を鍛えることができます!

# Cognitively!! (認知)



☑3カ月毎の結果確認が可能  
☑「見当識」「空間認識力」「記憶力」「計画力」「注意力」  
のバランスで評価し日常の注意点に繋げる事ができます



高周波機器(PNF)→  
…深く刺激が伝わるので  
疼痛緩和・循環改善・代謝  
促進効果があります!



↑エアーマッサージ器で脚の浮腫みや疲れ  
がとれますよ!

その方らしさを大切に  
バランス良くサポートさせて  
いただきます

# Relaxation ♪ (癒し)!



☑毎月「テーマ」を決めて、ロックオン!  
…みんなで行うと一体感から高揚感があります!身体  
全体で動く事で、筋力・持久力・柔軟性・協調性・  
認知性・柔軟性を鍛えることができますね♪



# Exercise!! (運動)!

適度な運動や脳活をTVゲーム  
感覚で行えますよ!



レッドコードを活用して  
個別に運動に  
取り組んで頂いています



←(ボード運動)  
…脚腰の踏ん張る筋力  
を鍛えたり、強張りを和ら  
げる効果があります



(プリー運動)→  
…挙げにくくなった腕が  
挙げ易くなる・首肩こり  
予防効果にも繋がります

## 【スケジュール】 ※午前午後の完全入替え制

午前 コース	要支援の方	9:30~11:45
	要介護の方	9:00~12:15
午後 コース	要支援の方	14:00~16:15
	要介護の方	13:30~16:45



利用の流れ

- お迎え → 到着 → 体調チェック → トレーニング & リラクゼーション → お送り

