

介護予防型リハビリ **さんぽ道**

事業所番号 1372106532



〒120-0006
東京都足立区谷中3-8-18 TEL 03-3629-3783
有限会社 ケアサポート谷中 FAX 03-3629-3799

<案内図>



<交通機関>

・東京メトロ千代田線 北綾瀬駅下車徒歩5分
・足立コミュニティバスはるかぜ 六木都住行き
綾瀬駅乗車 谷中学校前下車 徒歩2分



<会社概要>

有限会社 ケアサポート谷中
〒120-0006
東京都足立区谷中3-8-18
TEL03-3629-3755
FAX03-3629-3799
○地域密着型通所介護
○居宅介護支援
○介護タクシー
○訪問理美容
○訪問介護



- *利用定員 午前の部 10名
 午後の部 10名
- *時間【3時間15分】
 午前の部 0時~12時15分
 午後の部 13時45分~17時
- *休業日 土曜日午後
 日曜日
 12月30日~1月3日

見学随時受け付けています。お気軽にご連絡ください。 ケアサポート谷中

さんぽ道は一人ひとりの能力を活かし認知機能・身体機能の維持向上をめざします

さんぽ道の特徴

【少人数制と選択性】

さんぽ道は定員10名の少人数制となっております。そのため、**職員やご利用者様とのコミュニケーションがとりやすい**のが特徴です。また、運動や学習療法以外の時間については、**ご自身で行いたいもの**を決めて頂く**選択プログラム**を取り入れています。



いつまでも元気に住み慣れたご自宅で生活を続けていくためには、「**今、出来ている事**」を続けていく必要があります。さんぽ道では、それを継続出来るよう「**自分で考える。自分で決める。自分で行動する。**」といった自己決定力や自主性を尊重し、支援しています。

【高周波機器】

高周波の放電エネルギーで、**細胞を活性化**させます。高周波で細胞を活性化させることで、**血流が良くなり、基礎体温が上がる**ことも期待できます。継続して行うことで、より効果が見られます。

※体内に電気エネルギーを流すため、**ステント、胃内クリップ、ペースメーカー**等の医療電子機器をご使用の方は、安全のためご使用頂けません。

身体の芯から温まる



【自覚運動の実施】

自覚運動とは、**自分の体重を自覚して行う運動**のことです。歩くためには、**自分の体重を自分の足で支える筋力**が必要です。一つの動作でたくさんの筋肉を使用するため、**日常生活に必要な筋力を鍛えることが出来ます**。座ったままの運動もあり、**身体に負担のない運動を行うことが出来ます**。さんぽ道は少人数制なので、2、3人に1人必ず職員が見守りや介助に付くことで、**安全で正しい運動を実施することが出来ます**。

身体を支える筋力をつける！



【学習療法の実施】

学習療法は**認知症の予防・改善する効果**が科学的に証明された**唯一の非薬物療法**です。職員全員が研修を受けており、**在宅生活に必要な認知機能やコミュニケーション機能、身辺自立機能などの維持・改善を図ります**。「**笑顔**」を大切に、「**自分らしさ**」を取り戻すことができます。
(申込制 教材費:月2,500円)

