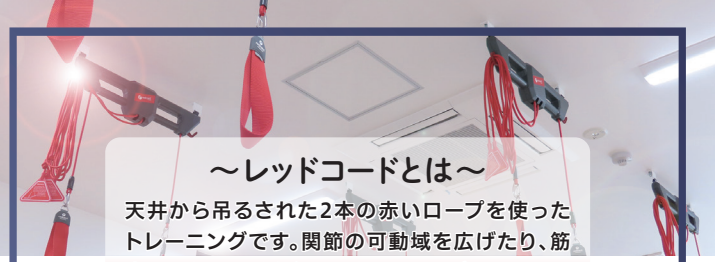


～レッドコードとは～

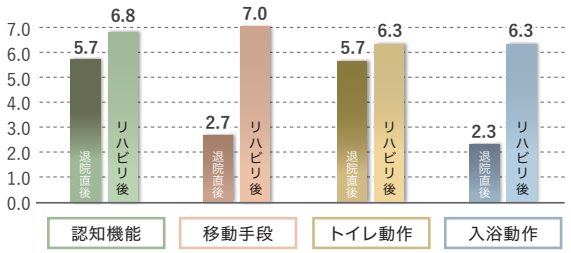
天井から吊るされた2本の赤いロープを使ったトレーニングです。関節の可動域を広げたり、筋肉のストレッチを行うことで、リハビリテーションや運動機能の維持を図ることができます。

訪問と通所の相乗効果

【デイサービス】
通所での集団体操や
リハビリ機器を使った
トレーニング

【訪問サービス】
自宅へ訪問し
その方に合った
リハビリを行います

在宅生活に必要なADL　通所とリハビリ併用による効果

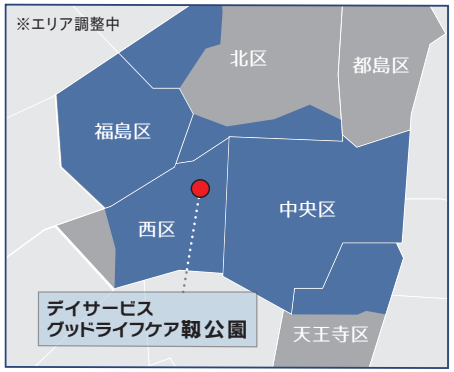


訪問と通所のリハビリを併用した場合
介護度の改善が認められやすい

出典：当社デイサービス利用者の調査統計

アクセス

●大阪メトロ中央線・千日前線「阿波座駅」1 番出口 徒歩 7 分
●大阪メトロ中央線・四ツ橋線・御堂筋線「本町駅」28 番出口 徒歩 11 分



送迎エリア

- 中央区・福島区全域
- 北区・西区（一部エリア除く）
- 天王寺区（北部エリア）

デイサービス グッドライフケア靱公園

〒550-0003 大阪府大阪市西区京町堀2-7-7
アルブラン京町堀 1階

事業所番号：2771802655

TEL 06-6447-9200

電話受付 9：00～18：00　FAX 050-3535-5946

TYPE　1日型：定員30名・対象：要介護度1～5 / 要支援1～2
休業日　1月1日～3日
OPEN　10：00 ～ 17：10

デイ紹介ページ

株式会社グッドライフケア東京
〒104-0033 東京都中央区新川1-23-5 ONE SHINKAWA 3階
TEL 03-3537-0790　FAX 03-3537-0791
https://goodlifecare.co.jp/

UTSUBO_2502_500

Rehabilitation & Care

リハビリテーション＆ケア

GOOD LIFE CARE

Stay active and have fun
しっかり動いて
楽しく過ごす

デイサービス グッドライフケア靱公園（うつぼこうえん）

DAY SERVICE GOOD LIFE CARE　UTSUBO KOEN

SCHEDULE

1日のスケジュール

ご利用時間　10：00〜17：10

10:00	バイタル測定・ウエルカムドリンク 準備体操・リラックスタイム ※随時ご入浴
11:00	リハビリ：棒体操・セラバンド ロコモトレーニング・口腔体操
12:00	お食事・口腔ケア 休憩
13:00	◆リハビリコース レッドコード、棒体操、ボール体操、 セラバンド、ロコモトレーニング、 マシントレーニングなど ◆レクリエーションコース 麻雀、囲碁将棋、カラオケ、 絵手紙、塗り絵など
15:00	おやつ・水分補給
16:00	リハビリ：レッドコード・セラバンド マシントレーニング
17:10	帰宅準備・送迎

管理者
田見 沙耶香
たみ さやか

日・祝も休まず営業

01 Rehabilitation 筋肉や関節の機能訓練をサポート

退院直後の方でも、在宅生活継続のための筋力アップができる各種設備・専用器具・リハビリメニューをご用意しています。

エアロバイク

負荷を調整できるエアロバイクで、
心肺機能や筋力の強化を図ります。

セラバンド

ゴム製のトレーニング道具で、
背中の可動域アップ、体幹強化に効果的です。

レッドコード

痛みやつらさを伴わないストレッチや
筋力増強が可能です。

レッグプレス

椅子からの立ち上がりや階段の上り下りに
必要な筋力の強化を図ります。

レッグカール

膝の曲げ伸ばしを行い、立ち上がりに
必要な筋力の強化を図ります。

エアマッサージ器「もみまろ」

空気の力で下肢をマッサージし
血液やリンパの流れを改善します。

期待できる効果
- むくみの解消
- 神経痛の緩解
- 筋肉疲労の回復

空気が入ったり抜けたりします

Relax ご入浴 02

浴槽タイプは2種類

ご自宅の入浴を想定した個浴座位姿勢が
保てる自立入浴をめざしサポートいたします

地域の飲食店にオーダーしています

Meal お食事 03

品数の多い日替わりメニューで
美味しさにこだわっています

※ メニュー内容は変更することが
ございますので予めご了承ください。

Recreation レクリエーション 04

麻雀、囲碁将棋、カラオケなどがございます