

デイ南長崎

1日の流れ



- 8:30～ 送迎開始
- 9:00～ 随時ご利用者来所
サービス提供開始
健康チェック、水分補給、
トイレ、プログラムの選択等
- 10:00～ ストレッチを中心とした四肢体操
マシントレーニング、手具を
使った体操等
筋力、体力の維持・向上及び、
ADL、IADLの維持・向上を
目的とした機能訓練
- 11:30～ 昼食の準備
口腔体操及び、必要に応じて
食事前の口腔ケア
- 11:45～ 昼食
- 12:20～ 昼食の片付け
昼食後の口腔ケア、トイレ等
- 13:00～ 心身機能向上訓練(アクティビティ)
ストレッチを中心とした四肢体操
意欲の維持・向上を図り、ADL、
IADLの維持・向上を
目的とした機能訓練
- 14:45～ おやつ、お茶
- 15:00～ 心身機能向上訓練
随時帰宅準備
- 16:35～ サービス提供終了
帰宅送迎



※入浴については午前 9:30～11:30、
午後 13:00～15:00 の時間帯にて随時実施

ミアヘルサ デイサービス南長崎

〒171-0052 東京都豊島区南長崎 5-11-4
ユービハイツ 1F

TEL:03-3565-5911

FAX:03-3565-5912

管理者・相談員まで
お気軽にお問い合わせください。

(月～土 9:00～17:30)



【最寄り駅】

西武池袋線……「東長崎駅」南口出口より徒歩約5分
【約350m】

都営大江戸線……「落合南長崎駅」A2出口より徒歩約6分
【約450m】

【サービス提供地域】

豊島区、新宿区、中野区

【介護保険事業所番号】：1371602937



merhalsa

ミアヘルサ デイサービス南長崎



随時ご見学を受け付けております

ミアヘルサ デイサービス南長崎は、

『その人らしさ・できること・やりたいこと』

を実現し、生活意欲の向上、生活機能の維持・向上が図れるよう、自立支援・重度化防止に取り組めます！

【実際の生活状況に応じた個別プログラムを考え
自宅での役割や「できること」「やりたいこと」ができるよう支援します。】



機能訓練指導員を中心に皆さまの生活機能向上のために個別訓練を実施いたします。



歩行力を維持するための集団スクワット♪



自宅での家事・役割のための家事機能訓練♪



『その人らしさ』『やりたいこと』が実現できる
アクティビティーを通じ、社会性の維持を図ります。】



広くて大きな大浴槽で、足だけではなくカラダもココロもゆっくり入浴できます。



趣味活動の詩吟
～発表会にむけた日々の練習～



コーヒーを片手に
将棋の対局



やってみたかった絵手紙



趣味だった
ハーモニカを再開し披露



毎月のカレンダー作り



外部ボランティアによる
ゴスペル鑑賞