

『してもらおう』活動から 『する』活動へ

在宅では、自ら『する』リハビリが重要になります。暁音では、多数の活動に自ら参加して頂けるようにお手伝いしております。

デイサービス **暁音**



こころと、向きあう日々。

GENEROUS

ジェネラス

自ら『する』ことが 最高のリハビリテーション

デイサービス暁音（あかね）
名古屋市北区丸新町35番地ラブリエ1階
TEL：052-909-7035

エクササイズ



専門職によるリハビリ



1日（5時間～8時間提供）

運動タイムスケジュール

10:00～12:00（午前の部）

レッドコードやマシン、集団体操を中心に体操を行っています。

13:30～15:30（午後の部）

レッドコード、マシン、集団体操、口腔ケア・リハ、個別指導などを行っています。



半日（2～3時間提供）



コグニバイクがあります。
当施設ではインターリハと共同して開発した脳トレ認知予防のバイクを用意しております。また負荷量なども調整して持久力アップも可能です。

集団体操では

1階での運動プログラムも混ぜながら、個々にアドバイスも行いつつ外出への不安の軽減や、楽しく運動を続けられるようにサポートしております。



運動プログラム

有酸素運動（持久力）

●簡単なエアロビクスやダンス等で音楽に合わせて持続的に身体を動かし、脂肪燃焼や持久力アップを目指します。

認知症予防

●身体を動かしながら簡単や計算やしりとり、連想などをするコグニサイズや脳トレ問題を行い、認知症予防を目指します。

リハビリ体操

●立位でのバランス練習やADL練習、道具などを用いて関節可動域訓練など身体の動かし方を学び実施します。

筋力アップ

●座位にてチューブやボールなどの道具を用いて全身の筋肉を効果的に使い、体力維持・筋力アップを目指します。

マシントレーニング

●歩行器具・自転車・足部の筋トレ・手の関節の可動域補助などといった機械があります。筋力アップや持久力アップに効果的です。

レッドコード

●関節可動域練習やストレッチ、筋力アップなど多岐にわたって運動をし、全身の調整を目指します。

ヨガ

●呼吸法を用い、身体ストレッチや循環の巡りをよくし、また姿勢改善にも効果的で、全身の調整を

生活機能連携（外部リハビリ）

●個別的に悩み相談や必要な運動や自宅でできるトレーニングやデイの中での体操のアドバイス等を行っています。

言語練習

●週に1回言語聴覚士による失語症の方や誤嚥リスクのある方などのリハビリを集団・個別で行っています。

クラブ活動



9:30～11:30（午前の部）

脳トレプリントなどを中心に脳活性化プログラムとして活動しています。

12:30～17:15（午後の部）

多種作品を作ったり、麻雀・将棋・囲碁・オセロ・トランプなどの余暇時間（交流を目的に）行っています。

おでかけ・地域交流

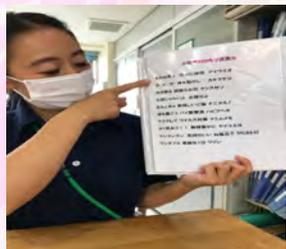


同じ趣味を持った仲間と地域のイベントに参加することを目標としております。日頃の活動の中で作成したものを教えに行ったり、寄与することで地域との交流ができ、ご利用者様の活動の幅がより広がるように努めていきます。



口腔機能訓練

お口から元気になる！
口腔機能向上プログラムも実施しております！お口の中のケアだけでなく、転倒予防にも歯は大事になります。
また、咀嚼機能や嚥下機能、表情を和らげるためにも必要なので、ぜひ参加してみてください。



イベント

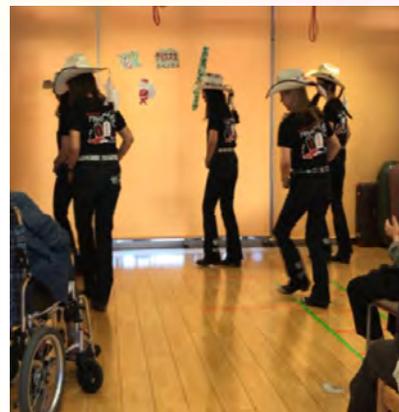
毎年恒例の暁音祭り

夏～秋にかけて祭りを行っています！
スタッフの出し物や、利用者様とゲーム、おやつは祭り仕様になっています。



ボランティア

毎年ボランティアで、楽器演奏やダンス等のイベントを呼んでいます。



カラオケ大会

利用者様の大好きな歌を披露し、歌が苦手な方は審査員などにもなり、楽しく交流しています。



おでかけ



おでかけもリハビリの要素も含んだり、交流や楽しみとして取り組んでいます。

おでかけの練習として屋内での買い物⇒実際におでかけ場所で買い物や注文などをする。
楽しみの一貫としておでかけ週間として行きたいところを選択、順次おでかけに行っています。

食事



管理栄養士にてメニューを作成。
毎日、手作りのあたたかい食事です。
※キザミ食や糖尿食などの特別食の対応もご相談ください。