

# デイサービスセンター 東原慈光園



## デイサービスセンター東原慈光園のお約束

老後に生きがいを持ち、安心して住み慣れた地域で暮らし続けるお手伝いをさせていただきます。

家の中から外に出る気が起きない・・・  
外出して同年代の方と交流したい・・・  
運動をしたいが、家では不安・・・  
楽しみを持ちたい・・・

## 一人で悩まずさあ一緒に老後を楽しみましょう！！

<無料体験随時受付中>

リハビリ体操  
食事  
入浴(要支援の方も対応致します)

<営業日> 月曜日～日曜日  
<休業日> 1/1～1/3  
<サービス提供時間>  
9:50 ～ 16:00  
<食事代> 650円  
<サービス内容>  
送迎・健康チェック  
入浴・リハビリ体操・  
趣味活動など

## 他にも楽しみ満載



〒731-0112  
広島市安佐南区東原 3 丁目14-4  
TEL : 082-850-1108  
FAX : 082-850-1107

担当: ヒキヂ 引地 マツダ 松田



# 運動プログラム

東原慈光園では、午前・午後にさまざまな運動プログラムを準備しています。座位や立位での様々な動き、体操で全身を動かさめますので是非参加してみてください。

## 転倒予防体操



## ダンベル体操

手作りのダンベルをつかった体操で上半身を中心にしっかりと体を動かします。



# 入浴

広々とした湯船に浸かってしっかりと足をのばして温まります。  
個浴槽にも対応しています。

## 一般浴



## リフト浴



浴槽への出入りが難しい方には、椅子に座ったまま湯船に浸かっていただけます。



# 食事

東原慈光園での食事は、管理栄養士及び調理師免許をもったプロの手による調理です。また、食事形態に関して普通食、柔らかめ、きざみ食など、あらゆるニーズに応えられるようにしています。嗜好によっては代替食のご用意も可能です。

プロの手による献立は栄養のバランスもとれ、安心して食べていただけます。

## 行事食



調理師が作りたての  
温かい食事を提供します

## おやつ



東原慈光園では一人暮らしの利用者のため、**持ち帰り弁当**を用意しています。

食事形態の変更も可能です。

もちろん栄養士の手作りのため安心して食べていただけます。



# 機能訓練

東原慈光園では利用者の方々に合った運動プログラムを作成しています。

## ボール体操



## 立位訓練



## ペダル漕ぎ



## 花笠体操

カラフルな棒を握って「花笠音頭」の音楽に合わせて行う体操です。馴染みの曲なので曲が流れると自然に体も動きます。座って行う体操ですが体幹を左右に動かします。便秘予防にも効果的ですよ。



## 嚥下体操

咀嚼・嚥下機能を高める体操です。せっかくのご馳走を、安全に食べて頂くために ゆっくり呼吸をしながら、食前に行っています。

肩と首・口の周辺の体操・頬の体操・舌の体操・昼食のいい匂いも相乗効果！！



# 趣味活動

## 手芸



## カラオケ



## ネイル



お好みの色を選んで

## 農園



## 囲碁



## 習字



## フラワーアレンジメント



## レクリエーション



## 訪問行事



## 季節行事

## 忘年会

## 運動会



## 敬老会



## 心年会

