



ご利用料金につきましては別紙をご参照ください。



その他費用

昼食 …………… 1食 550円
お茶・お水代 … 1回 50円
レクリエーション・娯楽費等



サービス提供時間

9:00 ~ 11:20 (緩和型サービス)
11:30 ~ 16:40 (要介護の方)

営業時間

月~金 8:30 ~ 17:30
定休日 土・日・祝 年末年始

〈当事業所へのアクセス〉

西武拝島線：東大和市駅から徒歩 18 分
西武バス：小川橋停留所から徒歩 13 分
立川バス：若葉町団地停留所から徒歩 3 分

小平西高校の東側
有料老人ホーム らいふ小平の隣

〈案内図〉



鹿島開発株式会社

〒187-0032 東京都小平市小川町 1-390-2

デイサービス

じょうすいのもり

上水の杜



運動中心の短時間型デイサービス
地域密着型通所介護

〒187-0032
東京都小平市小川町1-3002-7
TEL:042-313-2037
FAX:042-313-2038

上水の杜

検索

<http://www.jyousuinomori.jp>

カラダ動かす、運動日和。



1日の流れ

午前2時間 午後5時間

※流れの目安です

午前の部

午後の部

送迎(ご自宅までお迎えに伺います)

9:00

到着
健康チェック

11:30

12:00~昼食

9:10~

個別機能訓練
入浴
脳トレ、レク
ティータイム
健康チェック
帰りの支度

13:00~

11:20~

送迎

16:40~

送迎(ご自宅までお送りいたします)

※午前中の入浴は介助なしの見守りのみ。

個別機能訓練

一人一人に合わせた具体的な目標を作って指導員が運動を指導し提供します。



バランス訓練

平行棒を使い、歩行時のバランスを強化します。



レッドコード

レッドコードを使って体幹をトレーニングします。



バイクマシン

下肢の筋力を強化して日常生活動作を改善します。



お風呂 (午後のみ)



脳トレ、レク

簡単な計算や並べ替え
トランプやオセロで脳を活性化。



リラクゼーション

・足浴 ・マグナー
・エアーマッサージャー



ティータイム

休憩したり、おしゃべりしたり、
楽しい時間です♪



ご見学
お待ちしております。