

社会福祉法人にんじんの会 デイホームにんじん 荻窪ふれあいの家



自然と笑顔がこぼれるアットホーム
な雰囲気の日サービスです

デイサービス 1日の流れ(午前)



8 : 30 ~ 10 : 30

送迎

ご自宅まで送迎車でお迎えに伺います。
お迎えの時間は一人ひとりご依頼に
合わせて対応します。

健康チェック

血圧、体温等の健康チェックを行います。



10 : 30 ~ 11 : 45

レクリエーション

午前中は体操として認知症予防に
効果のある「だんだんダンス®」
を行います。
ほかにも書道、脳トレのクイズや
ゲームなどを行います。



入浴

利用者一人ひとりの状態に合わせた
入浴介助を行います。職員が必ず付き添い
ご家庭での入浴が難しい方もサポートします。



12 : 00 ~ 13 : 15

昼食

施設内の厨房で毎日調理した
温かい食事を提供しています。
季節の行事食や郷土料理など
多彩な献立はとても好評です。



口腔ケア

ブラッシングやうがいで、口腔内の清潔を保ちます。

デイサービス 1日の流れ(午後)



13 : 30~14 : 30

レクリエーション

手先を使い作品を作る手工芸教室や
ピアノやギターの奏でるメロディに
合わせる歌唱会など
ボランティアさんによる活動も
多く取り入れています。



マシントレーニング

安心安全な油圧式のリハビリ機材を
多数取り揃え、充実したリハビリ
環境を整えております。
ご利用者さまのリハビリ目標に合わせて
職員が付き添いながら指導します。



15 : 00~15 : 15

おやつ

紅茶や緑茶を飲み、楽しく会話をしながら
おやつを召し上がります。
様々な種類のおやつを用意しています。



15 : 30~17 : 15

送迎

ご自宅まで安全に笑顔で送り届けます。
お帰りの時間までお手伝いを
していただいたり、テレビを見たり、
カラオケをしたり最後まで楽しんで
いただけます。



荻窪ふれあいの家の5つの特色

1、充実したリハビリ機器による機能訓練

いつまでも背筋をピン！としたい、ヒザの痛みを気にせず歩きたい、自分の行きたいところに自由に行きたい・・・歳を重ねるごとに誰もが気になるのが「身体機能の低下」です。

デイホームにんじん・荻窪ふれあいの家では、そんな皆様のご心配にお応えできるよう機能訓練型リハビリマシンを導入しています。マシンは油圧式で、途中でマシンから手や足を離してもバーが落ちることはありませんので安全・安心です。負荷も自由に変えることができます。リハビリ初心者の方も安心してチャレンジして頂けます。

ふきだしの中は実際の利用者さんの声です

これをやり始めてからよく眠れるようになったの



前よりも身体が軽くなったわ



1人だと運動しないから皆さんと一緒に楽しくできるのよ



荻窪ふれあいの家の5つの特色

2、**外食ツアーや外出イベント**

ご自宅でなかなか外出する機会の少ない方でも、職員が付き添いながら大宮八幡宮への初詣、善福寺川の桜花見、菊まつり鑑賞会といった外出イベントで気分を変えたり、レストラン、お寿司屋さん、喫茶店への外食ツアーなど、普段と違う雰囲気の中で親しいお仲間と食べるランチは格別！皆さん残さずに召し上がります。



3、**20種類の体操と50種類の日替わりゲーム**

荻窪ふれあいの家では、毎日のレクリエーションも充実しています。いろいろな道具を使った体操やゲームを用意していますので、毎日ご利用される方でもお楽しみいただけます。

体操20種一覧

リハビリ体操	ストレッチ体操	リズム体操	だんだんリハダンス	指体操
ボール体操	はつらつ体操	バトン体操	筋力アップ体操	若返り体操
転倒予防体操	棒体操	新聞体操	ニコニコ体操	口腔体操
バランス体操	タオル体操	風邪予防体操	輪ゴム体操	足腰元気体操

ゲーム50種一覧

干支合わせ	雪合戦ゲーム	ゲートボール	文字合わせ	輪投げ
カードゲーム	巻き巻きゲーム	ぼいぼいゲーム	濁音手たたきゲーム	魚釣りゲーム
椅子カーリング	蜘蛛の巣キャッチ	リレーゲーム	タオルでポン	ビンゴゲーム
テーブルコロコロ	兜取りゲーム	脳トレプリント	銭形平次ゲーム	柿取りゲーム
明日天気になーれ	ボトルキャッチ	テーブルピンポン	イカダゲーム	お好み焼きゲーム
陣取りゲーム	雑学クイズ	記憶力ゲーム	達磨倒し	ボーリング
スリッパ飛ばし	コロコロゲット	ペタンクゲーム	蹴っ飛ばしカーリング	的あてゲーム
歌クイズ	都道府県クイズ	福笑い	かるた取り	ゴルフゲーム
ペタリングゲーム	洗濯ばさみゲーム	洗濯物干しゲーム	双六ゲーム	ペットボトルおこし
さいころゲーム	的あてゲーム	雨降りゲーム	テーブルジャンプ	袋倒しゲーム

荻窪ふれあいの家の**5つ**の特色

4、プロで活躍していた方たちによる**本格的な趣味活動**

ギターやピアノの音色に合わせて歌を歌ったり、手先を使って小物入れやちぎり絵を作る手工芸教室、先生のお手本を見ながら集中して取り組む書道、オカリナが奏でるきれいな音色を楽しむ演奏会や、音楽に合わせたフラダンスの鑑賞会など皆さまの日常に刺激を与えるような活動をご用意しております。



5、**地域の方々との交流**の場として

荻窪ふれあいの家では、認知症予防や体力の衰えが気になる方、筋力の低下が心配という方に、地域のどなたでもお楽しみ頂けるよう体操教室を実施しています。都合の悪い日はお休みすることもありますので、月に1回からでも気軽にご参加いただけます。にんじん健康クラブでは、いつまでも元気にすごせる身体づくりを目的として、認知症予防体操・だんだんダンスを行っています。

● **にんじん健康クラブ&はるカフェ**

日時	毎週木曜日 13:30~14:30 (はるカフェは第4木曜日のみ)
場所	荻窪ふれあいの家2階 (会議室)
参加費	100円
参加資格	どなたでも参加いただけます
申込み	メールもしくは電話にて



はるカフェとは

社会福祉法人にんじんの会が主催する「認知症カフェ」のことです。

「認知症カフェ」とは、認知症の人と家族や地域の方々、専門職等の誰でも参加でき、一緒に集いながら、介護の問題や認知症のことを話しあい、理解し合う場です。

年間スケジュール

季節ごとの行事のほか様々なイベントも予定しております。

1月 初詣



2月 節分



3月 ひな祭り



4月 お花見外出



5月 母の日フラワーアレンジメント

6月 お菓子作り



7月 七夕飾り



8月 夏祭り



9月 敬老お祝い会



10月 秋の運動会



11月 紅葉・外食ツアー

12月 クリスマスコンサート

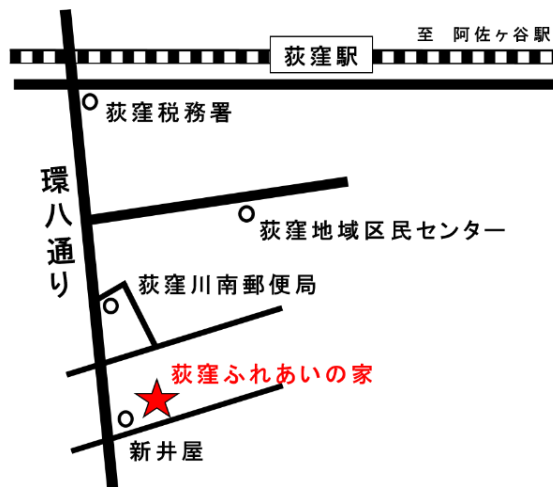


※予定は変更する場合があります

問い合わせ

見学大歓迎です！

見学の際も送迎がありますので、お気軽にお問い合わせください



【交通案内】

JR中央線、JR総武線、
東京メトロ丸の内線、東京メトロ東西線
「荻窪」駅 徒歩15分

- 事業形態 通所介護
- 利用定員 30名
- 営業時間 8:45-17:15
- 定休日 日曜日



社会福祉法人 にんじんの会
デイホームにんじん・荻窪ふれあいの家
住所 東京都杉並区荻窪2-29-3
電話 03-3220-9637