

# デイサービスセンター



## みどりー夢

自宅に居る時間が増えたので外に出る機会を作りたい

順番にご覧ください

自分に合った運動をして元気な足腰でいたい

2 ページへ

みどりー夢はどんなところ？

希望に合ったデイの利用はあるの？

(サービス)



美味しい食事と管理栄養士による献立で健康を保ちたい

3 ページへ

入浴や趣味活動  
生活にハリと楽しみをもちたい

4.5 ページへ

# 100歳まで歩ける足腰作り

機能訓練指導員（看護師、柔道整復師）が  
利用者様の体力、機能、ニーズに合わせて

個々に計画を立て訓練を実施します！



毎日室内で1対1での歩行訓練も実施してます  
（通常歩行・横歩き・立ち上がり訓練）



## 新しい認知症対策はこちら！

公認インストラクターによる脳トレと体操を  
組み合わせた「シナプソロジー」をしています！

シナプソロジーとは「2つのことを同時に行う」  
「左右で違う動きをする」ことで慣れない動きで  
脳に適度な刺激を与え、失敗しても楽しく笑顔が  
溢れるような体操をしています！



# 健康は食事から！

## 地産地消で美味しく元気に！



お刺身定食



アナゴ飯

食費は **800円**  
(デザート込み)

毎日**管理栄養士**が立てた献立 情報満載・食材紹介



毎日お昼ご飯の時には、その日に使用した食材の栄養素の話をしてます。ご自宅でも料理をされる方が参考にしてくださっています！

朝、身体が起きたばかりは動けなくてしんどい方や、朝の服薬の為に利用される方に喜ばれています！

(1食 200円)



足りない栄養素をカバー **15時のドリンク**



希望の利用者様に不足しがちな栄養分をスムージーにして飲んで頂いています。

美味しく飲めて大人気です！

(1杯 100円)

夏場は脱水症予防にスポーツドリンクを。冬場は免疫力アップに甘酒を水分補給に取り入れています



# 自宅での入浴が不安な方に ゆっくり入れる個別入浴



毎週土曜日限定『とくし丸』で買い物リハ



(目安) 10:30～11:30

(デイサービスセンターみどりー夢敷地内にて)

(スタッフが付き添うので買い過ぎなどの対応も出来ます)

## 今年は『ひなみ』を開催 ～利用者様のチャレンジ応援企画～

### 皆勤賞+脳トレ

日並み(ひなみ)とは大和言葉で『毎日』という意味です。

利用者様の『やってみよう』という気持ちと休まず元気に利用して頂き  
一日一日の積み重ねで自信を持って頂くことが目的の企画です。

季節に応じて内容も変わります。

参加者にポイントを付与し、ポイントの合計に応じた特典も用意しています！



脳トレやパズル、筋力トレーニングでも  
ポイントがゲットできます！

## 趣味活動、教室紹介(一部)



フラワー工作



習字



絵手紙

他にも**教室**や**イベント**もあります！



『美』と『癒し』の美容の部屋でゆっくり過ごせます

新型コロナ対策も徹底しています

(ホームページに動画あり！)

このQRコードを読み取れば  
ホームページもご覧いただけます



まずは体験してみませんか？ (体験、見学時も送迎伺います)

お問い合わせ先 岡山市南区新福2丁目9番29号

☎086-262-7771

担当 ふじさわ  
おさき



北区、東区、中区、南区送迎対応しています。