



こんねさぷり



2月号

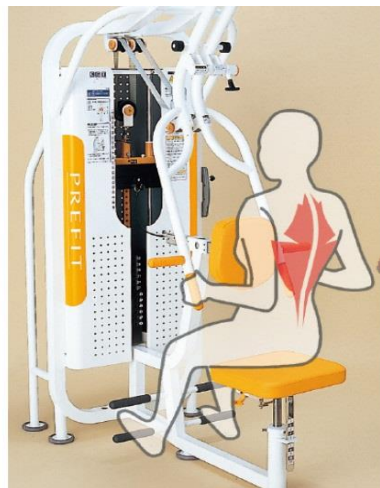
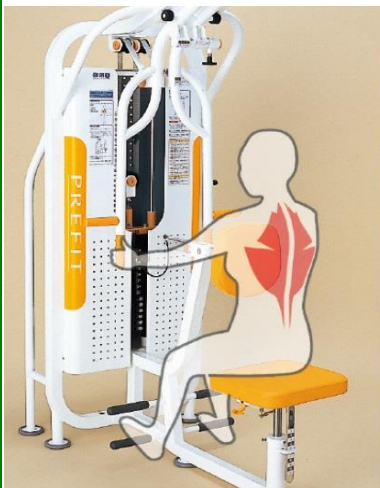
平成29年(2017年)
2月10日発行 第46号

皆さんこんにちは！まえちです。早いものでもう2月になりました。一番寒い季節ですが、風邪などには十分注意してお過ごしください。さて皆さん2月といえば何を思い浮かべますか？2月と言えば、節分・バレンタインデー・札幌雪祭り・東京マラソンなどイベントがいっぱいありますね。節分では恵方巻きを食べたり、豆まきをしたりしましたか？ちなみに私は……、何をしていたか忘れまして(笑)。今月は、こんねに置いてあるパワーリハビリ機器の使い方・効果について説明してあります。実際にご自身のやり方と比べてみて再確認をしてみてください！

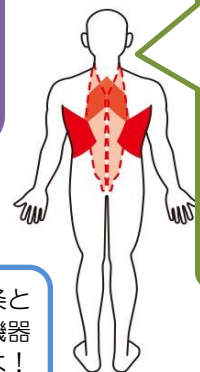
リハビリ機器の紹介 ①

ローイング

目的 背中中の筋肉を強化して、高齢者特有の猫背(円背)を改善します。



- 主な作用筋
- 広背筋
- 菱形筋
- 脊柱起立筋



顔がないのでありません
背中を向けています



藤井・中下条とも
に①番の機器の
ことですよ！

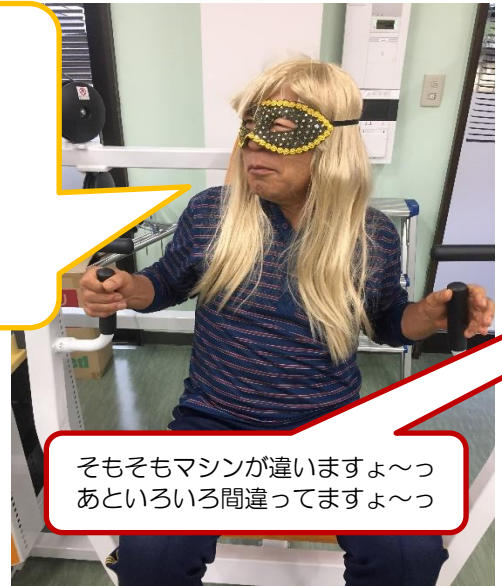


開始姿勢



終了姿勢

なるほど
あーやってやるだね



そもそもマシンが違いますよ〜
あといろいろ間違ってますよ〜

動作時の姿勢

- ① 引っ張るときは上体に勢いをつけて、重さで引かないようにする
 - ② 腕の力だけで引っ張らない
- ※初期動作で体幹を軽く伸展させながら引き、終了時には胸を張る



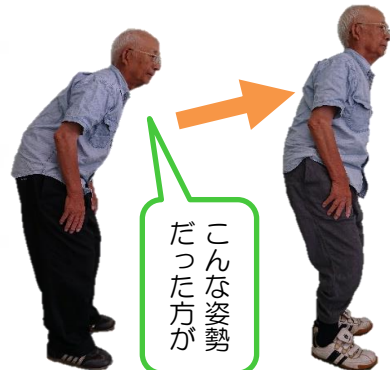
⊗⊗
悪い姿勢



😊
良い姿勢



⊗⊗
悪い姿勢



こんな姿勢
だった方が

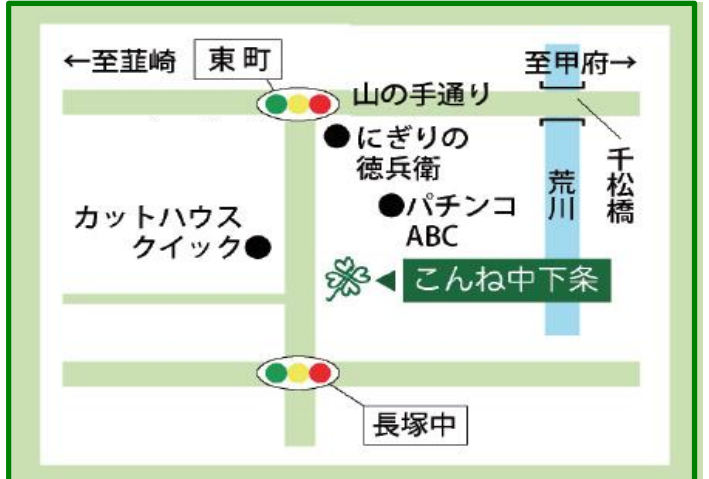
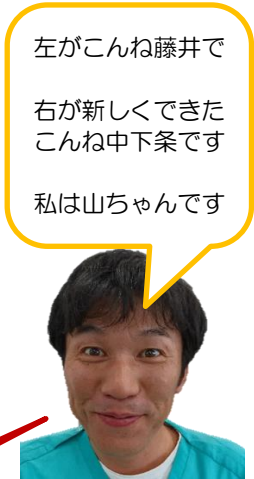
こんな感じに変わるかもです

こんねの1日の流れ・午前と午後をお選びいただけます。

午前の部 9:00 ~ 12:15 (定員10名)		午後の部 13:20 ~ 16:35 (定員10名)	
9:00	事業所到着	13:20	事業所到着
9:15	体温確認・バイタルチェック	13:35	体温確認・バイタルチェック
9:30	準備運動・ウォーミングアップ	13:50	準備運動・ウォーミングアップ
10:00	個別機能訓練・運動器機能向上訓練 筋力トレーニング・バランス訓練・歩行訓練・ 日常動作訓練などの内容を休憩しながら個人の能力や体力に合わせて実施します。また、定期的に評価や面談などもこの時間に行います。	14:20	個別機能訓練・運動器機能向上訓練 筋力トレーニング・バランス訓練・歩行訓練・ 日常動作訓練などの内容を休憩しながら個人の能力や体力に合わせて実施します。また、定期的に評価や面談などもこの時間に行います。
11:45	整理体操・クールダウン	16:05	整理体操・クールダウン
12:15	帰宅	16:35	帰宅

地域密着型通所介護利用料金表				指定介護予防通所介護利用料金表				
通所 介護費	所要時間 3時間以上 5時間未満	要介護1	426円/回	介護予防通所 介護費	所要時間 3時間以上 5時間未満	要支援1	1,647円/月	
		要介護2	488円/回			要支援2	3,377円/月	
		要介護3	552円/回			運動器機能向上加算		225円/月
		要介護4	614円/回			サービス提供体制 強化加算(Ⅰ)イ	要支援1	72円/月
		要介護5	678円/回			サービス提供体制 強化加算(Ⅰ)イ	要支援2	144円/月
個別機能訓練加算(Ⅰ)		46円/回	サービス提供体制 強化加算(Ⅰ)ロ	要支援1	48円/月	※要支援1の方は1回/週、 要支援2の方は2回/週の利用制限があります。		
個別機能訓練加算(Ⅱ)		56円/回	サービス提供体制 強化加算(Ⅰ)ロ	要支援2	96円/月			
サービス提供体制強化加算(Ⅰ)イ		18円/回	介護職員処遇改善加算(Ⅰ)	総単位数の4%				
サービス提供体制強化加算(Ⅰ)ロ		12円/回						
介護職員処遇改善加算(Ⅰ)		総単位数の4%						

営業日：月曜日～金曜日（祝日は営業しています） ※年末年始（12月29日～1月3日）はお休みします。



リハビリテーションこんね藤井 現在の週間利用状況 (午前・午後各10名定員)	曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	午前	10名 男性5/女性5	10名 男性3/女性7	10名 男性6/女性4	10名 男性4/女性6	10名 男性6/女性4	10名 男性9/女性1
	午後	10名 男性6/女性4	10名 男性3/女性7	10名 男性7/女性3	10名 男性5/女性5	10名 男性6/女性4	10名 男性9/女性1

リハビリテーションこんね藤井 【荳崎市介護予防事業】 現在の週間利用状況 (午前・午後各3名定員)	曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	午前	2名 男性0/女性2	1名 男性1/女性0	3名 男性1/女性2	3名 男性2/女性1	2名 男性0/女性2	10名 男性9/女性1
	午後	3名 男性1/女性2	3名 男性1/女性2	3名 男性1/女性2	3名 男性0/女性3	3名 男性2/女性1	10名 男性9/女性1

リハビリテーションこんね中下条 現在の週間利用状況 (午前・午後各10名定員)	曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	午前	9名 男性7/女性2	10名 男性6/女性4	10名 男性5/女性5	10名 男性5/女性5	10名 男性5/女性5	10名 男性9/女性1
	午後	7名 男性2/女性5	6名 男性2/女性4	6名 男性2/女性4	9名 男性1/女性8	9名 男性4/女性5	10名 男性9/女性1

荳崎市介護予防事業と中下条の定員枠に空きが沢山あります。ご利用希望の方はご連絡ください！

株式会社 Conne

デイサービス リハビリテーションこんね藤井
〒407-0001 荳崎市藤井町駒井2658-1
TEL: 0551-45-7817
FAX: 0551-45-7819
事業所番号: 1970900328

デイサービス リハビリテーションこんね中下条
〒400-0124 甲斐市中下条1928-1
TEL: 055-288-9961
FAX: 055-288-9962
事業所番号: 1971700776