

やさしさ

思いやり

ふれあい



社会福祉法人 藤嶺会
特別養護老人ホーム 弥生苑
介護支援センター あげぼの会
デイサービス

事業所概要

❖ 営業日

月・火・水・木・金・土

❖ 休日

日曜日・年末年始（12月29日～1月3日）

❖ 営業時間

10時15分～15時30分（5時間15分）

❖ 送迎エリア

旭区・瀬谷区

※他のエリアでもご利用可能な場合もございます。
まずは、ご相談下さい。

❖ 空き状況

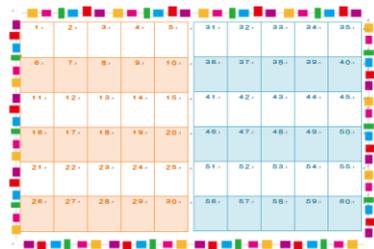
令和3年4月現在
（空き状況については随時変動があります）

月	火	水	木	金	土
△	△	△	△	△	△

お客様やご家族のニーズ、 ケアマネジャーからの期待に応え、 効果や結果を出し、 進化するデイサービスであるために



「目的を持って」、「目標達成に向けて」



当センターでは、自立支援の一つとして、“ポイント制”を設けております。

休まずに通うことで1ポイント、機能訓練を行うことで1ポイントもらえ、累計ポイントごとにささやかですが景品を用意し、デイサービスに通う目的を持って頂けるように工夫します。

今後、更にポイント制のコースを増設し、コースによって目標や目的を達成した方に喜ばれる景品をプレゼントできるよう準備いたします。

日課



☆入浴☆

脱衣室



お手洗い・床暖房も完備しております。

更衣に不安がある方など、職員がご支援させていただきます。

一般浴



銭湯のような「大浴場」と壁からお湯が出てくる
「壁泉(へきせん)」が印象的です！

職員がお手伝いを致します。

安心して、ゆっくりお風呂をお楽しみください。

リフト浴



歩くことに不安がある方でも、
座ったまま入浴することができます。

☆リハビリ☆

☘ マルチホームトレーナー



《目的・効果》

10種類以上の運動により、全身の筋力アップ、ストレッチ、肩・股関節の拘縮予防、O脚・膝関節痛の予防ができます。

☘ エアロバイク・ペダルこぎ

《目的・効果》

全身運動だが、関節痛などの足腰が弱っている方でも負担が少なく筋肉・関節・心肺機能の有酸素運動ができます。



リハビリ階段



《目的・効果》

向きにより階段の高さ・段数の異なる階段の昇降を行うことで、下肢の筋力向上や歩行状態の安定を図ります。また、疾病等により片麻痺のある方の階段昇降の訓練ができます。

ラジオ体操

《目的・効果》

13種類の運動があり、体全体の血流促進により、肩こりや腰痛の改善、風邪の予防、便秘の解消、血圧・血糖値の上昇の抑制の効果があります。





ロコモ体操



《目的・効果》

「転倒予防」「膝痛予防」「筋力低下予防」の効果があり、要介護状態となることを予防するための体操で、座ったままでもできます。



生活リハビリ

《目的・効果》

生活全般の日常動作をリハビリと捉え、ご自宅での生活を続けるために食事・入浴・移動・排泄などにおいて、課題・問題となっている点について、自分で出来ることは自分で行うことを



🍀 指先のリハビリ



《目的・効果》

指先の“つまむ”力を維持するリハビリです。

お箸のほか、趣味の麻雀や囲碁、将棋などが続けられるように取り組みます。

また、片麻痺の方には、麻痺側の枝を意識できるように行うことで、注意力のトレーニングにもなります。

🍀 足のリハビリ

《目的・効果》

片足ずつ交互に、または両足で、ゴムボールを繰り返し踏みつけることにより、立ち上がりや立位、歩行のための筋力を鍛えます。

椅子や車いすに座ったまま行えるため、安心して取り組み、腹筋も鍛えられます。



☆アクティビティ☆

～趣味・創作活動編～

書道



《目的・効果》

姿勢をよくすることができ、集中力も高める事ができます。また、脳の活性化にも繋がります。

《活動の様子》

季語等のお手本をご自身で選択し筆を執ります。月に一回（第4金曜日）は、先生からご指導を頂くこともできます。

カラオケ

《目的・効果》

呼吸筋に効果があります。また、発声することでリラックス効果も得られます。

《活動の様子》

お好きな曲を選択し、入力します。年に一回、カラオケ大会を開催♪日頃のカラオケが練習になります。



手芸



《目的・効果》

手と指先を使うことで脳の活性化を図ることができます。また、指のリハビリにも繋がります。

《活動の様子》

取り組みやすい手芸のキットもご準備しております。作業が細かく自信がない場合は、職員がお手伝いさせていただきます。

紙漉き

《目的・効果》

指先を使うで脳の活性化と指先のリハビリができます。また、ハガキに仕上がった時の達成感が得られます。

《活動の様子》

牛乳パックをはがす細かい作業と紙をハガキの形に漉く作業を協力して作成されております。



✿ 絵手紙



《目的・効果》

季語や季節の絵を描くことで脳の活性化が図れます。また、お友達との交流にも活用できます。

《活動の様子》

紙漉きで作成した「ハガキ」にお好きな絵や文字を描きます。お見本もありますが、自由に描くことが絵手紙の魅力です。

✿ モザイクアート

《目的・効果》

指先のリハビリと細かい作業を行うことで集中力に繋がります。

《活動の様子》

乾燥させた「卵の殻」に色を付け、適当な大きさに砕き、下絵に貼っていく作業です。色合いだけでも楽しめます。



ちぎり絵



《目的・効果》

色合いを考えることで脳の活性化が図れます。また、指先のリハビリにも繋がります。

《活動の様子》

下絵を選び個人の作品として完成できます。また、季節ごとには、皆さんで協力して壁画の大作も作成しております。

切り絵

《目的・効果》

指先のリハビリとなり、作業工程を考えることで脳の活性化にも繋がります。また、達成感を得られます。

《活動の様子》

型紙を切り抜き、セロハン紙に貼りつけると「ステンドグラス」のような仕上がりにもなります。



押し花



《目的・効果》

季節のお花を使うことで季節感を得られ生活リズムが整います。また、お花を育てる役割を担うこともできます。

《活動の様子》

材料となる「お花」をベランダで育てるところから始めます。お花が好きな方へお勧めです。

園芸

《目的・効果》

お花を育てる役割を担うことで達成感や充実感、継続性が得られます。また、季節感を得られ生活リズムが整います。

《活動の様子》

ベランダでお花を育てます。要支援者は、ガーデニングエリアで実施することもあります。



プラパン



《目的・効果》

指先のリハビリ
作品が焼きあがった時に
達成感が得られます。

《活動の様子》

選んで頂いたデザインを
プラ板に書き写します。
書き写したプラ板をお好
きな形に切り取り、オー
ブンで焼きます。キーホ
ルダー等ができます。

砂絵

《目的・効果》

指先のリハビリと色合い
を考えることで脳の活性
化が図れます。また、集
中力にも繋がります。

《活動の様子》

色付けした「卵の殻」を
粉々に砕き、下絵に貼っ
ていきます。のり付けを
貼る部分のみにすること
で簡単に貼れます。



🍀 水彩画



《目的・効果》

配色を考えることで脳の活性化が図れます。

《活動の様子》

お好きな下絵を選んで頂き、絵の具で色を付けていきます。同じ色でも絵の具と水の分量で色合いが変わりオリジナルな作品に仕上がります。

🍀 アイロンビーズ

《目的・効果》

指先のリハビリと脳の活性化を図ることができます。

《活動の様子》

下絵に専用のビーズを配置しアイロンで温めることで形を整えます。壁掛け等の作品に仕上げることができます。



☆アクティビティ☆

～単発プログラム編～

クッキング



《目的・効果》

作業工程を考えることで脳の活性化が図れます。また、ご自宅での生活リハビリに繋がります。

《活動の様子》

材料を量ったり切ったりと準備から行って頂き、“季節のお菓子”を皆さんと協力し作っていきます。

七宝焼き

《目的・効果》

指先のリハビリとおしゃれを楽しむことで心身の活性化を図ることができ、達成感も得られます。

《活動の様子》

好きなアクセサリーを選んで頂き、絵の具を乗せていきます。初めは難しいですが徐々に上達します。



🍀 ファンシー手芸



《目的・効果》

指先を使うことで脳の活性化が図れ、指のリハビリにも繋がります。

《活動の様子》

和紙を形に切り取り、土台となるアクセサリ等に張るだけの簡単な作業で素敵な作品が仕上がります、ちょっとしたプレゼントにもなります。

🍀 樹脂粘土細工

《目的・効果》

創作内容の形を考えることで脳の活性化に繋がり、指先のリハビリにもなります。

《活動の様子》

お好きな色の樹脂粘土を作りたい作品の形に仕上げていきます。ちょっとした小物に最適です。



オープン粘土細工



《目的・効果》

脳の活性化と指先のリハビリに繋がり、作品が焼き上がった際に達成感を得られます。

《活動の様子》

オープン粘土で作りたい作品の形を作ります。オープンで焼き上げ完成となります。

デコパージュ

《目的・効果》

心身の活性化が図れるとともに作品が仕上がった時に達成感が得られます。

《活動の様子》

お好きな柄のシートを選択し、貼りつける形に切り取ります。切り取ったシートを貼り付け、乾燥させる簡単な作業で素敵な作品が仕上がります。





木彫り細工



《目的・効果》

指先のリハビリと集中力の向上が図れます。

《活動の様子》

木材を彫刻刀で掘っていきます。堅い材質の木材もあり、少し力を要しますが、オリジナルの作品が仕上がります。



工作

《目的・効果》

達成感や満足感を得ることができ、指先のリハビリと意欲の向上が図れます。

《活動の様子》

日頃、行っている活動のステップアップ編となり、少しくオリティーの高い作品が仕上がります。



～バラのコサージュ～

☆アクティビティ☆

～ゲーム・娯楽編～

麻雀



《目的・効果》

指先のリハビリと脳の活性化を図ることができます。

《活動の様子》

片麻痺の方でも行えるよう全自動の麻雀卓です。週に2回ボランティアさんにご協力頂いております。(火・土)

囲碁

《目的・効果》

脳の活性化か指先のリハビリができます。

《活動の様子》

水曜日に対局相手のお仲間がいらっっしゃいます。男性のお客様に大人気です。



将棋



《目的・効果》

指先のリハビリと脳の活性化が図れます。

《活動の様子》

月・水・金曜日に得意なお仲間がいらっしゃいます。お仲間と一緒に対局を楽しんでいただける方お待ちしております。

花札

《目的・効果》

勝負をすること計算をすることで脳の活性化と意欲の向上が図れます。

《活動の様子》

食後等のちょっとした空き時間に実施することができます。ルールがわからなくてもお仲間が教えて下さるので気軽に参加することができます。



オセロ



《目的・効果》

脳の活性化と指先のリハビリに繋がります。

《活動の様子》

食後等のちょっとした空き時間に行うことができ、勝ち負けの競争心から意欲の向上にも繋がります。

トランプ

《目的・効果》

指先のリハビリと勝負することで脳の活性化や意欲の向上に繋がります。

《活動の様子》

食後等のちょっとした空き時間に行うこともでき、勝ち負けを楽しみながら実施されております。



🍀 ゲーム



《目的・効果》

脳の活性化と身体を動かすことで運動量の確保ができます。

《活動の様子》

季節行事のゲーム等もあり、楽しみながら自然と身体を動かすことができます。

🍀 坊主めくり

《目的・効果》

意欲の向上と指先のリハビリに繋がります。

《活動の様子》

食後等のちょっとした空き時間に行うことができ、ルールも簡単で取り組みやすいゲームです。単純なルールですが、皆様、夢中になられております。



☆アクティビティ☆

～体操編～

※ 現在感染症予防の為、一部自粛しているメニューがあります

気功体操



《目的・効果》

身体機能の維持・向上や、関節が硬くなることを予防し、心肺機能の向上にも繋がります。

《活動の様子》

毎週木曜日（第5木曜日はお休み）に先生が来苑し実施しております。座ったままゆっくりと行える体操です。

健康体操

《目的・効果》

身体機能の維持・向上や、転倒予防を図ります。

《活動の様子》

職員が先生となり、部位別に効果を説明しながら実施していきます。ゴムバンド等も使用し、筋力強化を図ることもあります。



☆アクティビティ☆

～脳トレ編～

☘ 計算・漢字ドリル



《目的・効果》

数字や字を書くことで指先のリハビリとなり脳の活性化にも繋がります。

《活動の様子》

午前中の入浴や体操の空き時間に実施しております。

簡単な問題からスタートして頂き、少しずつレベルアップを図ります。

☘ クロスワード・トリックアート

《目的・効果》

脳の活性化を図ります。

《活動の様子》

絵の錯覚を利用した問題のトリックアートは、絵を見て答えることができ簡単に取り組みます。クロスワードは、お仲間と相談し答えを導き出すこともでき、どちらも答えが出た時に達成感が得られます。



☆アクティビティ☆

～月行事編～

工作



《目的・効果》

指先のリハビリと季節感をとらえることで日常生活のリズムを整えることに繋がります。

《活動の様子》

できない部分は、お仲間や職員がお手伝い致しますが、できる作業を行って頂き仕上げた作品をお持ち帰り頂いております。

折り紙教室

《目的・効果》

指先のリハビリと作成工程を考えることで脳の活性化に繋がります。

《活動の様子》

毎月第2月曜日（月に1回）に先生に来苑して頂いております。教えてもらえることで、普段は折れないような難しい折り紙にも挑戦できます。



壁画作り



《目的・効果》

意欲・役割意識の向上や指先のリハビリ、季節感を得ることができます。

《活動の様子》

大きな壁画の一部をお一人おひとりが担当し作成していきます。飾ることでお部屋の雰囲気も明るくなり達成感を得ることもできます。

カレンダー作成

《目的・効果》

脳の活性化と日常生活のリズムを整えることに繋がります。

《活動の様子》

工作付のカレンダーと日付入れから実施するカレンダーの2種類あり選択することができます。日付入れから実施することで脳の活性化も図れます。



ご利用料金

◎要介護(一回) ※自己負担額:食事代(昼食+おやつ)の800円を含んだ金額

	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5
基本単位	567単位	670単位	773単位	876単位	979単位
入浴介助加算 I	40単位(約43円)				
サービス提供体制加算 I	22単位(約22円)				
処遇改善加算 I	合計単位の59/1000単位				
科学的介護推進体制加算	40単位(約43円)/月				
特定処遇改善加算 I	合計単位の12/1000単位				
一割負担	1,523円	1,641円	1,759円	1,877円	1,995円
二割負担	2,245円	2,481円	2,717円	2,953円	3,189円
三割負担	2,968円	3,322円	3,675円	4,029円	4,383円

◎要支援(一月) ※自己負担額:食事代(昼食+おやつ)の800円を含んだ金額(4週分)

	要支援1	要支援2 (週1回利用)	要支援2 (週2回利用)
基本単位	1,655単位	1,655単位	3,393単位
生活向上グループ活動加算	100単位(約107円)		
サービス提供体制加算 I	48単位(約52円)	48単位(約52円)	96単位(約103円)
処遇改善加算 I	合計単位の59/1000単位		
科学的介護推進体制加算	40単位(約43円)/月		
特定処遇改善加算 I	合計単位の12/10000単位		
1割負担	5,298円	5,298円	10,575円
2割負担	7,396円	7,396円	14,749円
3割負担	9,494円	9,494円	18,923円

お問い合わせ

○社会福祉法人 藤嶺会
介護支援センター あげぼの会
デイサービス

<住所>

〒242-0802

横浜市旭区上川井町1241-1

<TEL>

<FAX>

045-922-5141

045-921-5041

<メールアドレス>

akebonokai-ds@amail.plala.or.jp

<担当者>



生活相談員 吉田 咲



生活相談員 服部 翔太

<アクセス方法>



※公共交通機関をご利用の場合
相鉄線三ツ境駅下車

北口バス乗り場1番より

「若葉台中央」「十日市場駅」行き
バスにて約10分

「川井橋」下車徒歩約1分

※お車でお越しの場合

保土ヶ谷バイパス下川井インター
から約10分