

リハビリ&リラックス

Heart Friend ♡

# ハートフレンド

## 『リハビリとリラックスのデイサービス』

- ①理学療法士が個別のリハビリメニューをご提案!
  - ②本物のリハビリ&リラックス機器を完備!
  - ③短時間利用4~7時間もOK!
  - ④お風呂は、個浴、大浴場、リフト浴の充実設備!
  - ⑤ベッド6台、トイレ6室で安心!
  - ⑥看護師が毎日いるので、医療ニーズの高い方も安心!
  - ⑦スタッフ配置3:1以上なので個別対応も可能!
- リハビリ目的の方、認知症のある方、高介護度の方も納得!

お問い合わせ ☎ 048-551-6885



Heart Friend   
 ハートフレンド

ご挨拶

はじめまして。「ケアステーション ハートフレンド」の田中と申します。  
 このたび、ハードフレンドは心機一転リニューアルオープンをしました。  
 ご見学・無料の体験利用(要予約)も大歓迎です。  
 どうぞお気軽にお電話ください。  
 末永いお付き合いをよろしく申し上げます。

ケアステーション ハートフレンド  
 事業責任者 田中野一



1日のスケジュール(一例)

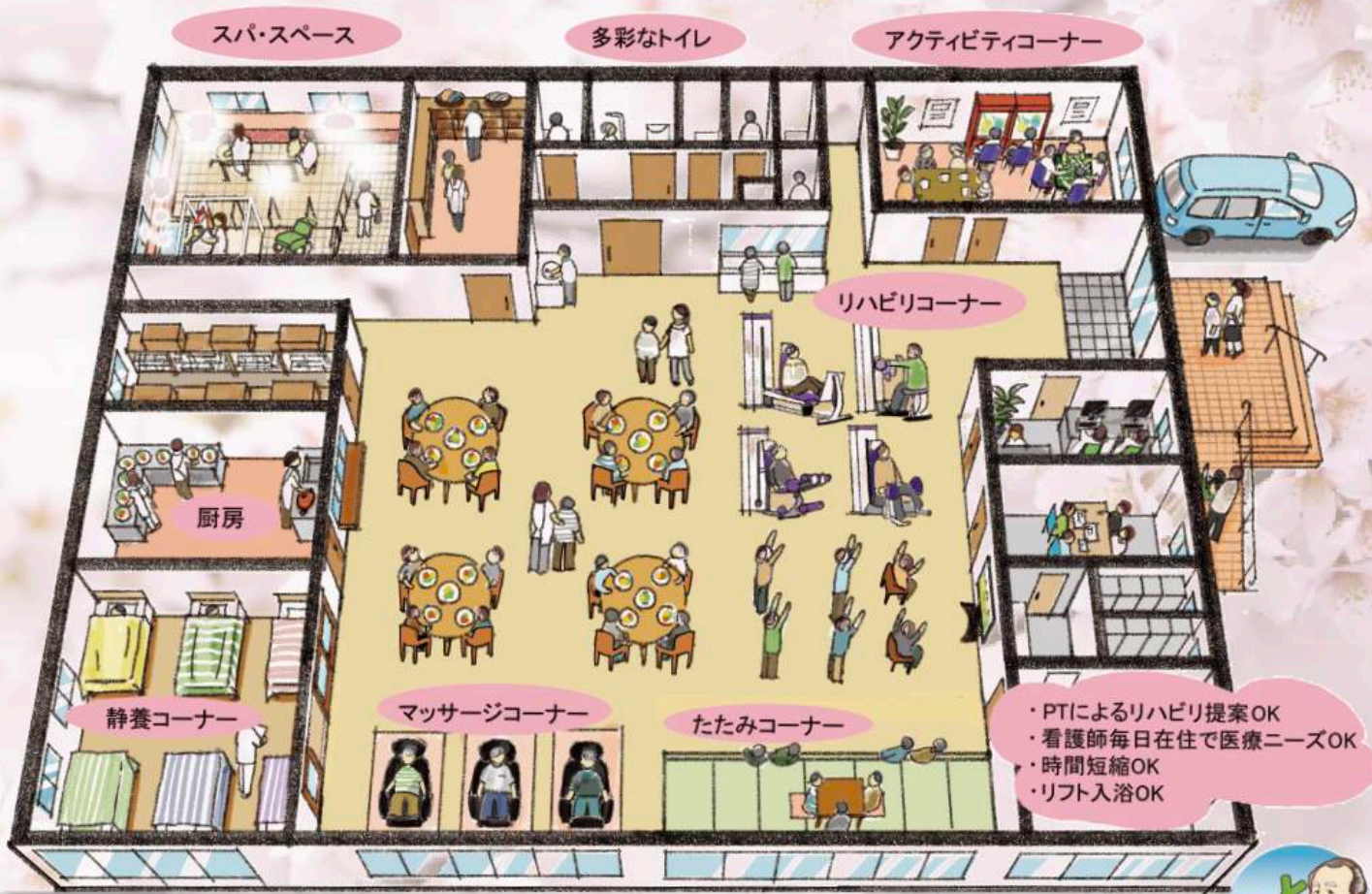
**AM 9:00**    にご到着  
**9:10**        バイタルチェック  
**9:30**        入浴&癒し&個別機能訓練  
**11:30**      グループ機能訓練

**PM 12:00**    昼食  
**12:30**        口腔ケア  
**13:00**        ご静養  
**14:00**        レクリエーション  
**15:00**        癒し&個別機能訓練  
**15:30**        ティータイム  
**16:15**        車へご案内





# 施設案内図



駐車場あり



## 理学療法士によるリハビリメニューのご提案

理学療法士が身体機能を評価し、  
個別のリハビリメニューをご提案します。  
ご提案した日々のメニューを介護スタッフと  
一緒に確実に実践していくことで、  
より効果的なリハビリができます。



平行棒

## マッサージ&リラクゼーション

リハビリの学校や、整体の講習を受けたスタッフによる手技と、  
マシンによるマッサージ&リラクゼーションも好評です。



マッサージチェア



ステッパー



電動サイクルマシン



イージ・ウォーク



足つぼマッサージ機

など



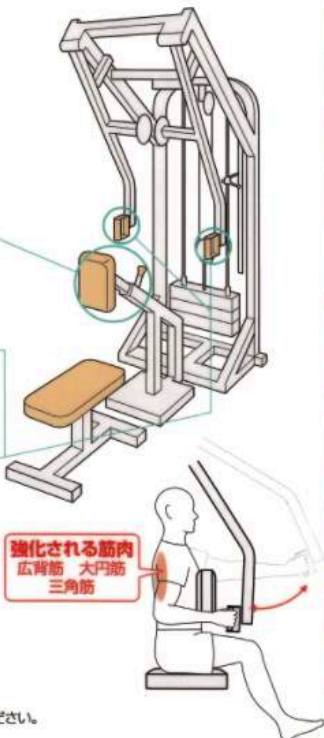
# パワーリハビリ

ご高齢の方に向けて調整された  
本物のリハビリマシンです。

## 腕で引っ張る運動 ローイング

### 運動の手順

- 1 お腹に力を入れて、背中をまっすぐにして座る。
- 2 グリップにちょうど手が届くように、胸あてパッドの位置を調節する。
- 3 グリップを握る。
- 4 背筋を伸ばした状態で、ゆっくりグリップを引く。(上体に勢いをつけない)
- 5 グリップをゆっくり元の位置まで戻す。

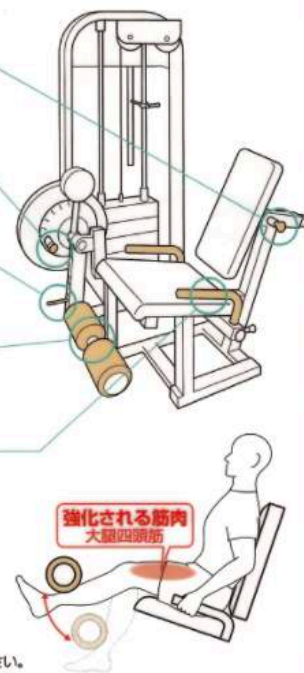


裏面の「運動の目的」「警告」もよくお読みください。

## 膝を伸ばす運動 レッグエクステンション

### 運動の手順

- 1 シートに深く座り、背もたれの位置を調節する。
- 2 無理のないスタート位置にアーム角度を合わせる。
- 3 足首の少し上にあたるように、足首パッドの高さを調節する。(足の甲の上ののせない)
- 4 シートに座り、足首パッドの手前に両足を入れる。
- 5 グリップを軽く握り、上体を安定させる。
- 6 反動をつかわず膝をゆっくり伸ばす。
- 7 ゆっくりと元の位置まで戻す。

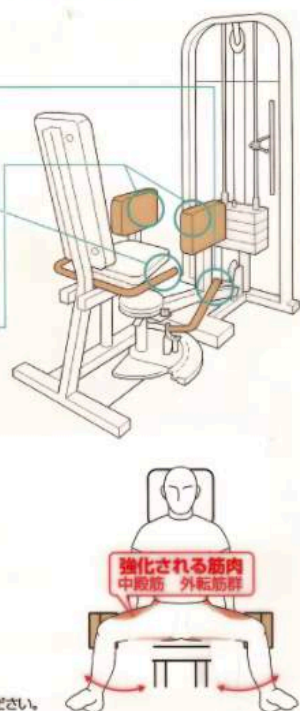


裏面の「運動の目的」「警告」もよくお読みください。

## 脚を開く運動 アブダクター

### 運動の手順

- 1 無理のないスタート位置にアーム角度を合わせる。
- 2 グリップを軽く握り、上体を安定させる。
- 3 大腿・膝の外側に膝あてパッドをあてる。(必要に応じてクッションなどを入れる)
- 4 脚をゆっくり開く。
- 5 脚をゆっくり元の位置まで戻す。

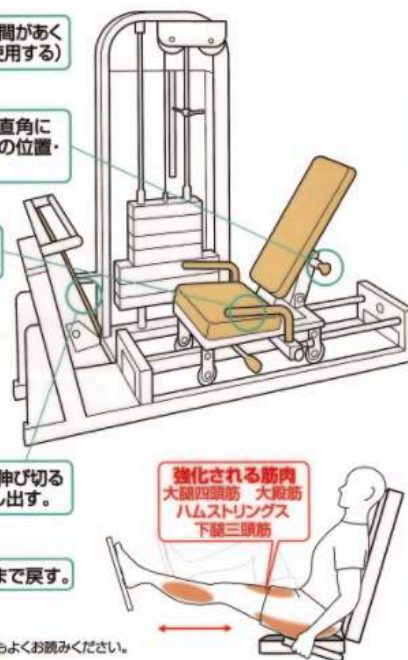


裏面の「運動の目的」「警告」もよくお読みください。

## 脚を伸ばす運動 レッグプレス

### 運動の手順

- 1 シートに深く座る。(隙間があく場合は、クッションを使用する)
- 2 膝・股関節の角度が直角に曲がるように、シートの位置・角度を調節する。
- 3 グリップを軽く握り、上体を安定させる。
- 4 フットプレートを膝が伸び切る直前までゆっくり押し出す。
- 5 ゆっくりと元の位置まで戻す。

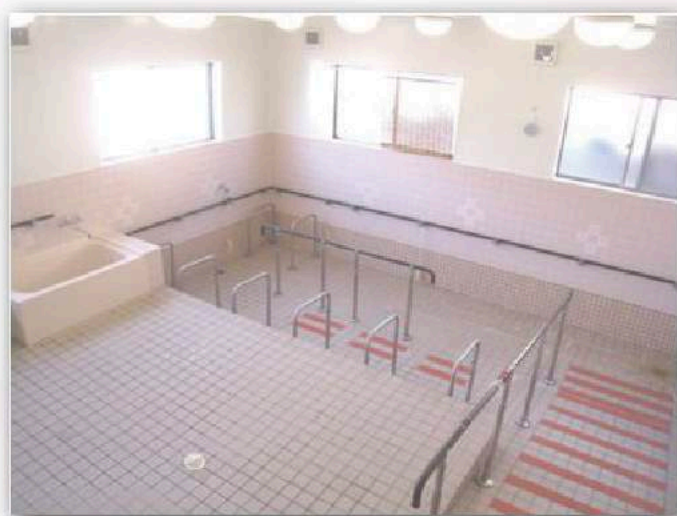


裏面の「運動の目的」「警告」もよくお読みください。



## ご入浴

銭湯のような大浴場と、家庭用と同じサイズの浴槽があります。  
入浴用のリフトもありますので、ご自分で入れる方から車椅子が必要な方まで、  
ゆっくり入浴を楽しんでいただけます。



## ご静養

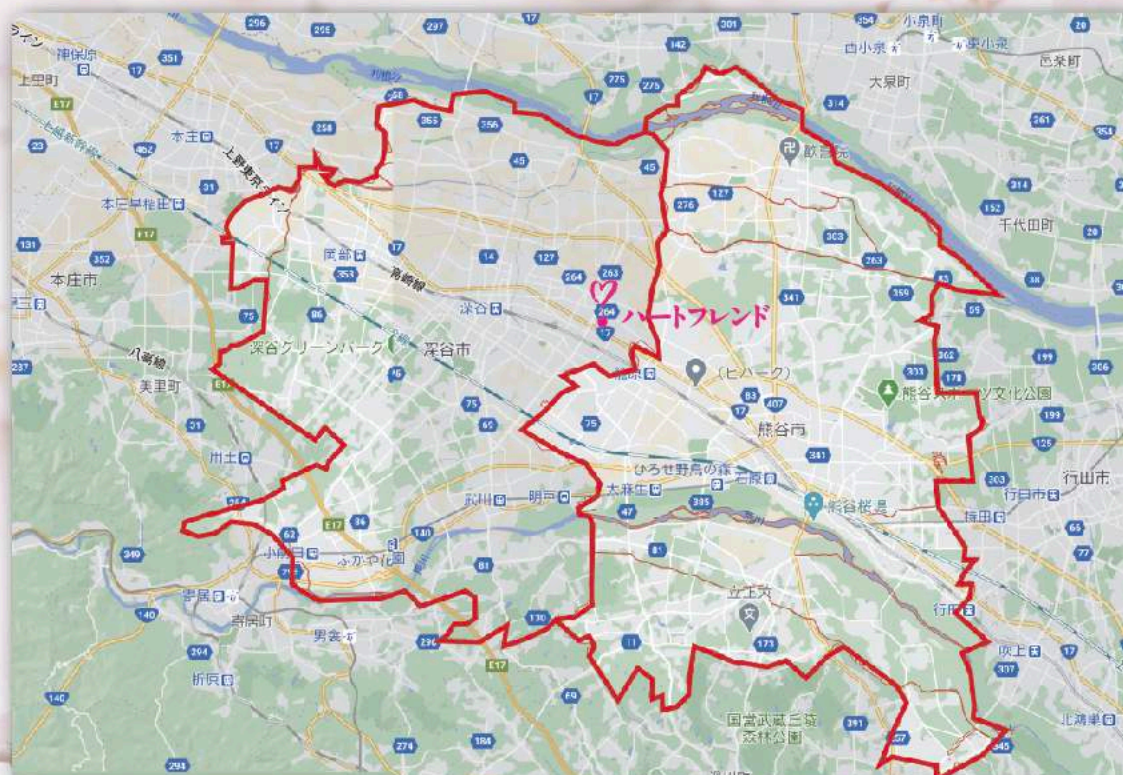
広い静養室に電動ベッドが6台あります。  
畳コーナーやマッサージチェアでもお寛ぎいただけます。





## 送迎エリアのご案内

送迎範囲：深谷市・熊谷市



遠方の方は、送迎時間のご相談をさせていただきます。

ご見学の送迎もお気軽にご相談ください。

☎048-551-6885



## 【基本情報のご案内】

サービス種類 / デイサービス

事業所名 / ケアステーション ハートフレンド

事業所番号 / 1174602761

事業者番号 / 11A4600180(総合事業)

住所 / 〒366-0042 深谷市東方町2-15-5

電話 / 048-551-6885

FAX / 048-551-6884

営業日 / 月～土曜日

定休日 / 日・祝・お盆8/13～15・年末年始12/30～1/3

営業時間 / 8:00～17:00

定員 / 25名

ご利用対象者 / 要支援1・2

要介護1～5の認定を受けた方

