

デイサービスセンター ビオラ **2つの特色**

ビオラ(1階)

- ・季節行事や制作活動を楽しみたい
- ・ご家族の休息時間を作りたい

目的・対象

入浴(要介護以上の方)・昼食
機能訓練・余暇時間の充実

サービス内容

月曜日～土曜日

営業日

9:30～15:30 (6時間)
※時間延長・短時間可

利用時間

トータル約75分

機能訓練 時間

- 20分間：小グループ運動
(上下肢筋力訓練、バランス
訓練、立位動作訓練等)
- 10分間：階段昇降訓練
- 15分間：自主訓練
(レッグプレス、ローイング、
リカレントバイク)
- 30分間：集団体操

機能訓練 内容 (目安)

- 40分間：小グループ運動
(TRXを使用した筋力強化訓練、
バランス訓練、可動域訓練等)
- 40分間：自主訓練
(マシン20分、有酸素運動20分)
※身体状況から評価するので
設定時間に個人差があります。
- 15分間：個別訓練
- 25分間：集団体操
(ストレッチ、エアロビクス等)



同一事業所なので **1階と2階の併用**が出来ます。

組み合わせが可能な2つのビオラ

～利用例～

要支援2の場合

①週2回(月・木)利用

- ・週1回(月)をビオラ(1階)で終日利用 (昼食・制作活動目的)
- ・週1回(木)をビオラフィット(2階)で半日利用 (昼食なし・機能訓練目的)

要支援の方は比較のお元気で、地域との関わりや趣味活動などで自宅内外での活動量が多い方も居られます。そのような場合、デイサービスに依存しない形で、今の生活を継続していくことが出来ます。また、必要となったタイミングで週2回とも終日利用にすることが出来ます。



②週2回の終日利用から半日利用へ移行

- ・通所での機能訓練、自宅での運動の習慣化が出来たことで身体機能が向上
⇒ **終日利用から半日利用へ移行し、機能訓練を強化**

通所利用に慣れ、身体機能の向上がみられたタイミングで半日利用へ移行し、より充実した機能訓練を受けることが出来ます。

要介護1の場合

週4回(月・火・木・土)利用

- ・週2回(火・土)をビオラ(1階)で終日利用 (入浴目的)
- ・週2回(月・木)をビオラフィット(2階)で半日利用 (機能訓練目的)



週2回はデイサービスで入浴を行い、週1～2回は自宅での入浴。終日利用でも機能訓練は行いますが、ビオラフィットの方が内容が充実しています。終日(6時間)の利用に抵抗がある方にも、半日型との併用がオススメです。

上記はあくまでも一例です。お気軽にご相談ください。