

# デイサービス くきのはま

## DAYSERVICE KUKINOHAMA

---



# くきのはまは “リハビリを主とした”1日型のデイサービスです！

---

私たちは“**できる**”が“**ふえる**”を目指しています。

お一人おひとりの状態に応じて、無理なく身体を動かせるので、どなたでも気軽にご利用できます。

“**笑顔**”が増え“**生き生きした生活**”を送ることができるよう、全力でサポートいたします！

# 5つのオススメポイント

---

オススメ1 リハビリ“**専門スタッフ**”の充実

オススメ2 豊富な“**リハビリ機器**”

オススメ3 洞海湾を見渡せる“**絶景のお風呂**”

オススメ4 思いが詰まった“**午後レク**”

オススメ5 多彩な“**行事・イベント**”

# 有資格者揃ってます！

理学療法士 (PT)

2名  
身体の動きや“座る・立つ・歩く”の専門家！

作業療法士 (OT)

4名  
食事や入浴など“日常生活動作”のプロ！

言語聴覚士 (ST)

2名  
“話す・聞く・飲み込む(嚥下)”脳の知識も豊富！

柔道整復師

1名  
筋肉、骨、関節など身体の仕組みを熟知！

看護師

4名  
傷の処置、薬など医療について何でもOK！

歯科衛生士

1名  
口腔ケアのことならお任せ！

# 初回はリハ専門職が丁寧に評価！

体験・初回ご利用時、身体評価(アセスメント)を行い  
“身体状況の確認”・“目標設定”・“プログラム立案”等を実施！



# リハビリ機器も豊富です

## ニューステップ



**強化できる部位**  
全身(上肢・下肢・体幹)

**効果・特徴**  
上肢・下肢・体幹を同時に動かします。  
各関節にかかる負担が少なく、どなたでも安全に運動することができます。  
椅子も回転するので、乗り降りも安全です。

## レッグプレス



**強化できる部位**  
下肢(太もも・お尻の筋)

**効果・特徴**  
膝・股関節を屈伸し、下肢筋力向上を図ります。  
起立・歩行動作改善や膝の痛み軽減効果があります。  
膝や腰、股関節に手術歴や痛みが強い方は、負荷や時間に注意しながら実施します。

# リハビリ機器も豊富です

## アブダクション・アダクション



**強化できる部位**  
下肢(お尻・内ももの筋)

**効果・特徴**  
アブダクション(外転)  
アダクション(内転)  
2つの運動が行えます。  
内転筋は高齢になると  
特に弱くなりやすく、  
姿勢改善やバランス向上  
に効果が期待できます。

## リカンベントエアロバイク



**強化できる部位**  
下肢・耐久性(体力)向上

**効果・特徴**  
背もたれがあり、通常のエアロバイクに比べて腰にかかる負担が少ないのが特徴です。  
ペダリング運動は、耐久性や筋力向上だけでなく歩行能力向上も図ることができます。

# リハビリ機器も豊富です

## マッサージチェア



### 効果・特徴

首・肩～足先まで、全身をゆっくりほぐします。強さも調整できます。強めが好きな方も優しくゆっくり癒されたい方もご満足いただけます。リハビリ後の癒しや運動前に全身の血液循環を良くするために使用する方法もいらっしゃいます。

## フット(足つぼ)マッサージ



### 効果・特徴

波動(振動)刺激を加えながら足全体をもみほぐします。足に刺激を加えることで、全身の血液循環が改善されます。血行促進だけでなく、代謝促進にも効果があるため、冷え性やむくみの改善も期待できます。

# 自主トレ・脳トレ・お客様同士の交流

空いた時間を使い、リハビリスペースや自席で  
“個別の自主トレ”や“脳トレ”もご提供！  
将棋やオセロなど、お客様同士の交流も盛んです！



# 趣味活動

---

外部講師をお招きし、様々な趣味活動を行っています！

- 陶芸教室（2回/月）
- 絵手紙教室（2回/月）
- 手話会（2回/月）
- フラワーアレンジメント・踊り（1回/月）



# 洞海湾を見ながら絶景のお風呂

## 女性浴

- ・広々とした浴槽で湯ったり！
- ・ターンテーブル設置で段差の不安も解消できます！



## 男性浴(PMリフト浴)

- ・リフト浴対応OKです！
- ・ご家庭と同じ大きさの浴槽なので安心して入浴できます！



## お風呂からの景色



# 思いの詰まった“午後レク”

(毎日13:30~14:15)

担当職員が“お客様にできることは何か”を一生懸命考え  
プログラムを創っています！

(1週間の例)

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
橋本 音楽塾	ビンゴ大会 (景品あり)	絵手紙・ 頭の体操	健口体操	とよみの スローエアロ	Let's 郷介 トレーニング

※レクは10種類以上あり、毎週変わります



# “午後レク”の一部をご紹介します！

## とよみのスローエアロ



担当職員：崎田 登代美(介護福祉士)

「身体を動かす事は楽しい」をモットーに音楽に合わせて行う体操です。

広げる・ひねる・そらす動きを取り入れ身体と心が軽くなるプログラムです！

## Let's 郷介トレーニング



担当職員：山邊 郷介(理学療法士)

「脳と筋肉を両方鍛える」ことができる全身運動プログラムです！

チューブを使用した体操を行うことで日常では使いにくい筋肉も刺激します。

# シナプソロジーやっています！



## シナプソロジーとは

できることを目的としない、できなくても、新しい刺激に対応することで目的(脳の活性化)が期待できるプログラムです。

## シナプソロジーの効果

- 手先の器用さ・集中力が向上する
- 注意機能が向上する
- 活動的快(活気・元気・陽気・はつらつなど)の心理が向上する
- 脳の認知機能(思考・言語・注意・空間視野・記憶)が向上する
- 爽快感が向上し、緊張・興奮・疲労感・抑うつ感・倦怠感が低下する etc





## 計算じゃんけん

**1** じゃんけん  
ポンッ!

30 30

**ベースの動き**

「グー」を10、「チョキ」を20、「パー」を50と覚えます。2人でじゃんけんをして、自分と相手のじゃんけんを足した答えを声に出します。

**2** じゃんけん  
ポンッ!

1000 1000

**スパイスアップ**

今度は「グー」を100、「チョキ」を200、「パー」を500と覚え、同じように行います。

※スパイスアップとは五感からの刺激や認知機能に対する刺激を変化させることです。

**3** じゃんけん  
ポンッ!

5200 5200

**さらにスパイスアップ**

最後は「グー」を10、「チョキ」を200、「パー」を5000と覚え、自分と相手のじゃんけんを足した答えを声に出します。

## スカーフキャッチ

**1**

スカーフを軽く結んで投げやすくする。

**2**

**ベースの動き**  
2mくらい間隔をあけて、2人で軽く結んだスカーフをお互いに投げ合います。投げ人は、投げる前に「右」か「左」の指示を出してから相手に投げます。キャッチする人は、指示された方の手で「右」か「左」と声を出しながらキャッチします。これを繰り返します。

**3**

**スパイスアップ**  
今度はキャッチする時に声を出しながら、同時に反対の足を一步前に踏み出します。例えば右手でキャッチする時には「右」と声を出しながら左足を一步前に出します。



# 行事・イベント沢山あります！（一部ご紹介）

夏祭り



大運動会



笑点 in くきのはま



敬老会



劇団くきのはま



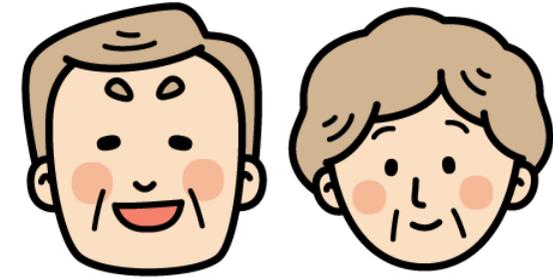
# 1日の流れ

一例であり、お客様によって異なります。

8:30 ~ 9:30	ご自宅までのお迎え・くきのはま到着
	バイタル測定・ティータイム(到着後、ホッと一息)
10:00 ~ 11:30	入浴・リハビリ・レクリエーション
	個別リハビリ、マシン運動、入浴等
12:00 ~ 12:30	昼食(日替わりメニュー)
	お客様の状態に合わせ、ソフト食やミキサー食も対応できます ※昼食後のお薬がある方はご持参ください
13:00 ~ 13:30	起立練習
	立ち上がり20回×3セット、立位バランス訓練
13:30 ~ 14:15	レクリエーション
	日替わりの午後レク実施
14:30 ~ 14:50	おやつ
15:00 ~ 16:00	ご自宅までお送り

※現在、全ての活動に関して新型コロナウイルス感染症防止策を徹底しています。

# お客様(ご家族)の声



## 70代男性

### 男性客も多い リハビリが充実している

デイサービスに行くことも  
ためらっていたが、行ってみると  
将棋仲間も居てリハビリのマシン  
も充実していたので良かったです。  
今では週2回デイに行く日は  
早起きして迎えを待っています。

## 80代女性(ご家族)

### スタッフが優しい 入浴サービスに満足

母がお世話になっています。  
デイから帰ってくると、家に  
居る時よりも口数が多く  
「スタッフの〇〇さんが」と  
嬉しそうに話します。  
入浴時に全身を見てくれ、  
傷や気になることなど報告して  
くれるので助かります。

## 60代女性

### レクやイベントが充実 最初は人が多く戸惑った

体験利用の時は、人の多さに圧倒  
されて…。通い始めると日々のレ  
クやイベントも充実しているし、  
読書や脳トレ等自分がしたい事も  
できるのでマイペースに過ごせる。  
入院して1か月休んだあと、「お  
待ちしてました!」と職員に言わ  
れとても嬉しかった。

# スタッフ一部ご紹介

理学療法士・主任  
山邊 郷介



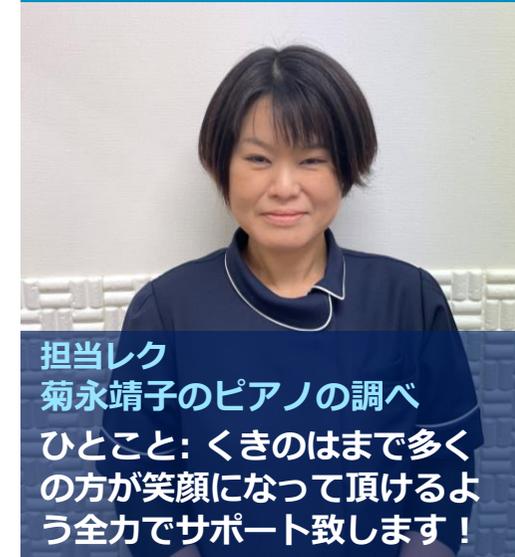
介護福祉士・副主任  
橋本 輝顕



作業療法士・副主任  
近藤 麻理



社会福祉士・生活相談員  
菊永 靖子



職員一同笑顔でお待ちしております!

# Q&A

---

## ■送迎範囲は？

- 若松区・戸畑区(片道20分・10km程度)です。  
詳しくはお気軽にスタッフまでお尋ねください。

## ■加算や提供時間は？

- お客様によって異なるので、別紙でお渡ししております。  
不明な点がございましたらお尋ねください。

# 無料体験受付中！（送迎・食事無料）



お気軽にご相談ください。  
職員一同  
全力でサポートします！

定員 65名 営業日 月～土曜日

You Tubeで疑似体験  
してみませんか？



お問合せ先

## デイサービス くきのはま

〒808-0034 北九州市若松区本町2-17-1 ベイサイドプラザ若松別館3F

**TEL 093-771-1501 FAX 093-771-1580**

ご質問やご相談など  
お気軽にお問合せください！



### ◆通所介護（デイサービス）

デイサービス くきのはま

デイサービス 糸びす

デイサービス ふたじま

デイサービス みのり

リハビリステーションおあしす

リハビリステーションおあしす弐号館

北九州市若松区本町2丁目17-1 ベイサイドプラザ若松別館3F TEL 093-771-1501

北九州市若松区浜町1丁目3-1 TEL 093-771-5200

北九州市若松区東二島3丁目7-7 TEL 093-772-2727

北九州市若松区栄盛川町11-15 TEL 093-771-6611

北九州市若松区本町2丁目13-24 TEL 093-771-8877

北九州市若松区西天神町1-30 TEL 093-772-1221

### ◆訪問介護 ヘルパーステーション

北九州市若松区本町2丁目3-1 TEL 093-771-1355

### ◆居宅介護支援 ケアプランセンター

北九州市若松区本町2丁目3-1 TEL 093-771-1355

### ◆放課後等デイサービス・児童発達支援

わいわいkids

北九州市若松区東二島5丁目2-19 フレンテ二島101 TEL 093-772-3787



<https://www.yoshino-care.com>

本社 北九州市若松区浜町1丁目3-1 TEL 093-771-8282



BLOG



Instagram



Facebook

ブログなどで  
日々のことを  
発信しています！