

社会福祉法人 大樹会

デイサービスセンター

こむろん家

ご案内



友達を作って楽しく過ごしたい！！

トレーニングをしながら健康を維持したい！

365 日営業のこむろん家が皆様の生活をサポートします。

伊奈町小室 10145-1

TEL:048-720-5500

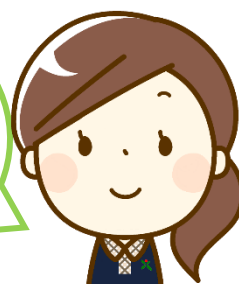
URL <http://www.taijukai.com>

こちらもチェック！

@komuronoie



Instagram



こむろん家の特徴

1 365 日年中無休

日曜日や年末年始も安心してご利用いただけます。
お正月は豪華おせち料理を食べ、初詣にでかけています。



2 ごはんが美味しい！

栄養士が立てる献立は身体に優しく栄養満点！
フロアーの隣の部屋にある厨房で真心込めて作っています。温かい物は温かく、冷たい物は冷たく提供しています。特にお米とお味噌汁が大好評です。



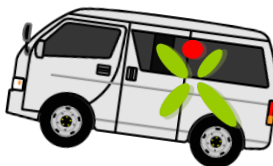
3 多彩なイベントやアクティビティ

- * 2 ヶ月毎に様々なイベントを開催しています。
- * 広いお庭では草取りから手入れ、畑作りから収穫まで行っています。
- * 不定期ですがマッサージ専門のスタッフが顔か足のどちらかのマッサージを行います。



そのほか、さまざまな取り組みを行っております。

～こむろん家の一日～

9:00 ～10:00	送 迎 ○ご自宅までお迎えにまいります。 (カギ締めなどのご相談もお受けいたします)			
	到 着 ○手の消毒をお願いします。 ○席札が置いてあるお席へお座りください。			
	健康チェック ○血圧・脈・体温を測り、体調を伺います。			
10:00 ～11:40	個別機能訓練 理学療法士の指導の下、 目標に沿ったプログラムを 実施していきます。		レクリエーション いくつかのメニューの中から 好きなものを選べます。	
			  	
11:45	体操・お口の体操 お食事を美味しく食べられるよう、唾液の分泌を促し、お口周りの筋力をほぐす体操と季節の歌を1曲歌います。			
12:00	昼食 管理栄養士が考えた栄養満点！出来立てのお食事です。アレルギーや薬の関係などでお食事に制限がある方は別メニューをご用意いたしますのでお申し出ください。噛む力などに合わせてお粥やおかずを刻むなどの対応も致します。 午後のひととき 午後はゆったりお昼寝をしたり、お話をしたり。 お天気の良い日はお庭でお散歩、ひなたぼっこ。 好きな時間をおすごしください。			
				
13:20～	入浴 大きなお風呂で のんびりと おくつろぎ下さい。	トレーニング 必要に応じて 午後もトレーニングを 行います。	レクリエーション 塗り絵、脳トレ、壁画 作りなど手先を使うもの を行います。	
15:30～	おやつ おやつ作りも行っています。			
				
15:45～	みんなでレクリエーション 日付の確認から始まり、歌に合わせた体操、 ゲームなどを行い、しっかりと体を動かします。			
16:30～	お帰り ○ご自宅までお送りいたします。			

トレーニング

体を動かして
いつまでも若々しく！

皆様の目標に合わせて、理学療法士がメニューをご提案させていただきます。
しっかり体を動かして、いつまでも若々しい体を保ちましょう！



スリング体操

天井からつるされたスリングロープに手を通して行います。
スリングロープの特性（可動性、振り子運動、安全性）を活かし、
個々の身体状態に合わせたストレッチングや筋力増強を行う運動
療法です。
全身を動かすことで脳の活性化にも役立ちます。

マシントレーニング

使わなくなって眠っている筋肉をトレーニングマシンを使い、痛みや無理のない範囲で、しっかりと体を動かし刺激することによって、筋力・基礎体力の向上や回復につなげていく運動です。
○こむろん家では、3種類のマシンをご用意しており、下半身の筋力アップが期待できます。



レッグプレス

立ち上がる、座る、しゃがむ、立っている、歩く、
走るなど日常生活で欠かせない動作に必要な「お尻
～両ももにかけての筋肉」を強化します。歩行の安定
や転倒予防につながります。

ツイスト

身体を中心となる筋力を
強化し、体幹を安定させま
す。体幹筋力が弱いと姿勢
が悪くなり、バランスを崩
す要因になります。「背中
～横腹にかけての筋肉」を
強化します。



アダクション

アブダクション

お尻から太もも周りを鍛
えて、骨盤の安定を高めま
す。股関節の開閉する機能
を改善することで「立ち上
がり」「歩く」といった基本
動作が安定してきます。



その他、ロコモ体操やボールを使ったトレーニングなど様々なトレーニングを提供してい
ます。



ワクワク

グループレク

楽しい♪

やりたいことを選んで参加していただいています。
今日は何をしようかな??あれもやりたい、これもやりたい!楽しむことも心と体にいい刺激を与えます。

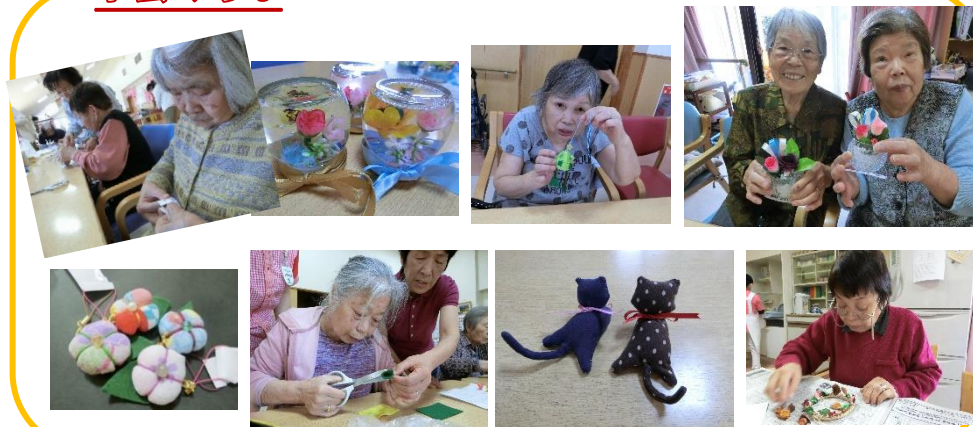
作品作り 2 か月ごとに色々な作品をご用意しています。



書道



手芸くらぶ 毎月第2 水木曜日



麻雀くらぶ

毎週月曜・木曜日



毎日カラオケ

防音のお部屋で雰囲気満点♪



癒しのサロン

不定期ですが、足か顔のマッサージを行っています。



おやつ作り

食べるおやつを皆さんで作ることもあります。



ご利用されている方全員の分をつくります。皆で作ったおやつは格別です！男性の方も見に来たり、アドバイスしたりしていただきます。



買い物ツアー

セキチューしまむら等へ。移動スーパーも。



こむろん農園・お庭時間

季節の野菜やお花を植えています。お庭はいつでも自由に出ることができるので気が向いたらお散歩したり、お茶したり♪



おでかけ隊

いつもと違う外の空気。たまには気分転換に！



ボランティア

たくさんのボランティアがいらっしゃいます。



ピノ保育園との交流

同一法人で行っている保育園があり、定期的に交流しています。



ゆっくり浸かって

お風呂

こむろん家のお風呂は 2 種類からお選びいただけます。
常時スタッフがいる為、着替え、洗身洗髪など出来ない部分をサポートしています。

一般浴

まるで温泉のような雰囲気。
足を延ばしてゆっくりお入り
いただけます。



機械浴

一般浴だと浮いてしまって
怖い、足が不自由だから
体力がないから
そんな方でも入浴できます。
個室としてもご利用いただけます。



*清潔保持として、爪切りや耳掃除もおこなっています。

毎月 26 日はフロの日です♪

日本各地より取り寄せた温泉やちょっと変わったお風呂をお楽しみ
いただいています。
その日のお昼やおやつもお風呂にちなんだものを提供しています。

こむろん家産
獅子ゆずです！



こむろん家

こんなイベント



ハワイアンこむろん家



一足早いクリスマスパーティー♪



祭りだ！わっしょい！こむろん家



ご長寿お祝いの会



歌合戦！



ご利用までの流れ

- お 申 込 み 新規申込書をいただきます。
- 訪 問 ご都合の良い日を伺い、相談員がご自宅へお伺いします。
移動手段、お食事、入浴、排泄などの日常生活動作を確認します。
ご利用時の心配な事やご要望などをお伺いします。
- ご 契 約 訪問時または御都合に合わせて行います。
持ち物のご説明と送迎時間をお伝え致します。
- ご 利 用 複数曜日の利用、利用曜日の変更も可能です。
いつでもご相談ください！

持ち物について

- 連絡袋：入浴後に軟膏や湿布をお使いの方、傷などの処置がある方はお薬やガーゼなど必要品を入れてください。
- 内服薬：お薬は変更がありましたら「お薬の説明書」のコピーを頂きます。スタッフへお声掛け下さい。
お昼に飲むお薬をお渡しする「お薬入れ」に入れて下さい。
- 点眼薬：必要な方はご持参下さい。
- 口腔ケアセット：食後に口腔ケアを行う方はお持ちください。
- 入浴後の着替え：下着のみ、全部、替えの洋服を必要なだけお持ちください。着替えの必要がない方は何もいりません。
- 替えのパットやリハビリパンツなど。
- 靴の履き替えはありません。運動しやすい靴でお越しください。
- 貴重品、飲食物などはお持ちにならないようお願い致します。

見学はいつでも受付けております。

ちょっとかむろん家行ってくるよ〜と気軽に足を運んでください！

こむろん家の場所

*わからない時はお電話ください。



隣は柿畑、前は梨畑という
静かな環境にあります。



伊奈町小室 10145-1

デイサービスセンター
こむろん家



Memo=====

=====