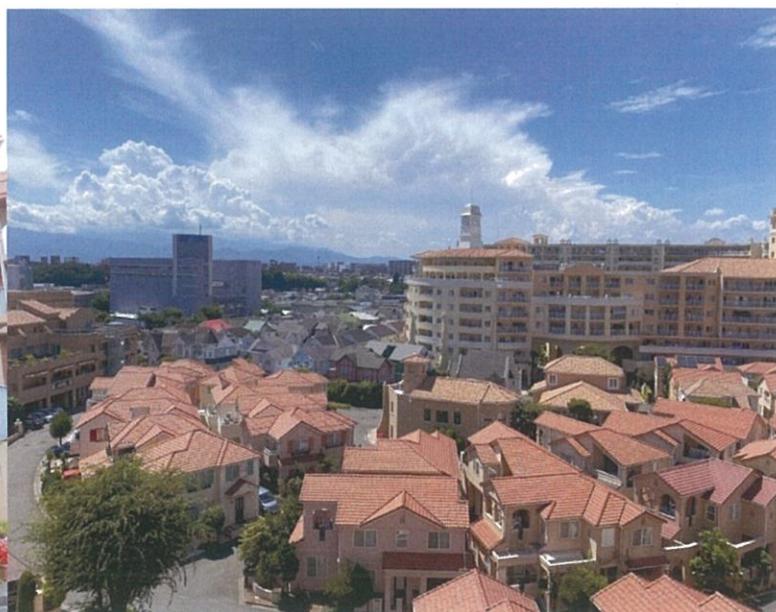




わたしたちは、輝ける場所を提供します。

デイサービス輝の杜



社会福祉法人

合掌苑

デイサービス輝の杜の1日の流れ

8:30～9:20 お迎え

9:30 ご到着

バイタル測定

10:00 朝のインタビュー

10:30 体操・リハビリ

ご入浴

12:00 ご昼食

13:00 ティータイム

13:30 おとなの学校

14:15 レクリエーション

リハビリ

15:00 おやつ

15:45 終了

16:00～17:00 ご帰宅



デイサービス輝の杜の取り組み

10の基本ケア

①換気をする

30分に1回の換気

②床に足をつけて座る

椅子使用率86%

六角テーブル・イーザーの使用

③トイレに座る

オムツ0の取り組み

(コンチネンス委員会)

④あたたかい食事をする

日本お米味めぐり

⑤家庭浴に入る

個浴率50.8%

入浴介助技術(楽マザ介護術)

⑥座って会話をする

輝セッション

おとなの学校

笑いヨガ

各種アクティビティ

趣味創作活動

⑦町内にお出かけする

⑧夢中になれることをする

⑨ケア会議をする

ケア会議

⑩ターミナルケアをする

住宅型有料老人ホーム

アシステッドナーシング輝の杜

奈良にある、社会福祉法人 協同福祉会 あすなら苑で実践されている
「10の基本ケア」

私たちは「10の基本ケア」を実践する事で、お客様に普通の暮らしを取り戻して頂きたいと考えています。(=生活再建) 1~10までそれぞれのケアを順番に行う事がトータルケアとなり、お客様を寝たきりにさせない介護へと繋がります。デイサービス輝の杜では、実際に奈良の事業所で研修を受けた生活再建委員会メンバーが中心となり、10の基本ケアを実践しています。

デイサービス輝の杜のご入浴

2種類の浴槽を設置しています



家庭浴

ご自宅でお風呂に
入り続けられる様に…

身体機能の維持と自立支援の為に、デイサービスでは一般浴に入ることが出来るように支援します！



機械浴

身体に負担なく
湯船に浸かりたい…

専用の椅子を使用し、座ったまま入浴できる機械浴です。ご自宅での入浴が困難なお客様にご利用頂いています。

個浴率 50.8%
令和3年7月

デイサービス輝の杜の御食事

日本最高峰のお米味めぐり♪



5ツ星お米マイスター 大貫弘司さん (ライスショップきくや)

厳選した産地直送のお米を熟練の精米技術によりつきたての状態、輝の杜に毎週お届けしています。「お米は鮮度。お客様が楽しみにしているお食事を、より美味しく召し上がって頂けるように、心を込めてご用意しています。

刻み食



栄養バランスのとれた 温かい食事をする

主菜2品・小鉢2品の計4品が基本です。

お食事の形状は5パターンご用意しています。(常食・一口大・刻み・粗刻み・超刻み・ミキサー)

HACCP認証取得
食品衛生管理
(2021年6月からは完全義務化されました)

軟らか食



ミキサー食



お食事代：920円
(コーヒーor紅茶)
おやつ付

デイサービス輝の杜の取り組み

自立支援の推進

イーザー



六角テーブル



お客様の体格に合わせたテーブルと椅子の高さを4つから選択！！

椅子：適正な座面の高さ = 下腿長 - 1 cm

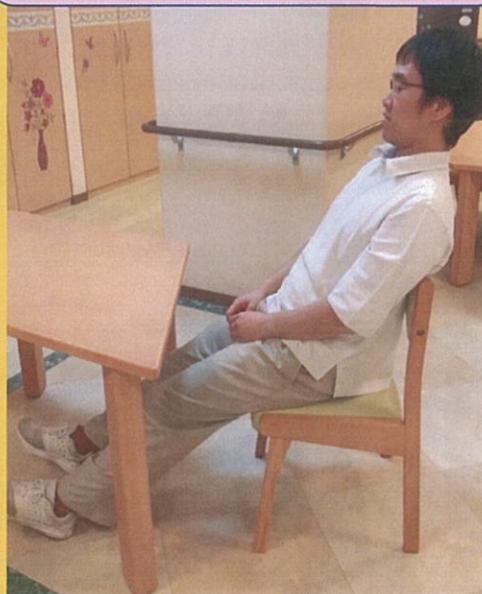
お客様の足の長さ（下腿長）を測定し、それより1 cm低い椅子が体格に適した椅子としてご用意しています。赤い椅子から順に34 cm、36 cm、38 cm、40 cmとなります。

市販されている標準的な椅子の高さは40 cmですが、65歳以上の下腿長の平均は38 cm以下です。

テーブルの高さ = (座高 ÷ 3 - 1) + 座面の高さ

お客様にとって、肘よりも少し低い高さの机を用意いたします。前かがみの姿勢を自然と作り出すことによって、足に体重が分散し座位が安定します。市販されている標準的な机の高さは70 cmですが、65 cm、63 cm、60 cm、55 cmの机をご用意しております。

椅子使用率 86%
令和3年7月



ずっとこけ座り(仙骨座り)に要注意！！

一見、快適そうに見える座り方ですが、「**寝たきり座位**」とも呼ばれています。この座り方を長く続けていると…

- ・仙骨部や尾骨部に褥瘡がしやすい。
- ・覚醒レベルが低下し、認知症が進行しやすい。
- ・体幹の筋力や下肢筋力が低下する。拘縮が助長される。
- ・上肢を使った動作能力が低下する。
- ・食事時顎が引きずらく、誤嚥しやすい。
- ・腹圧がかかりにくく排便が出にくい。

デイサービス輝の杜は、正しい座り方を促す環境づくりを行っています。

デイサービス輝の杜の取り組み

①輝セッション



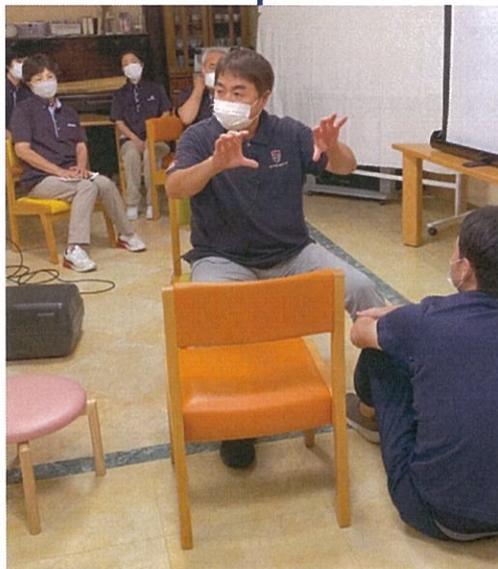
お客様の意欲を高める



②笑いヨガ



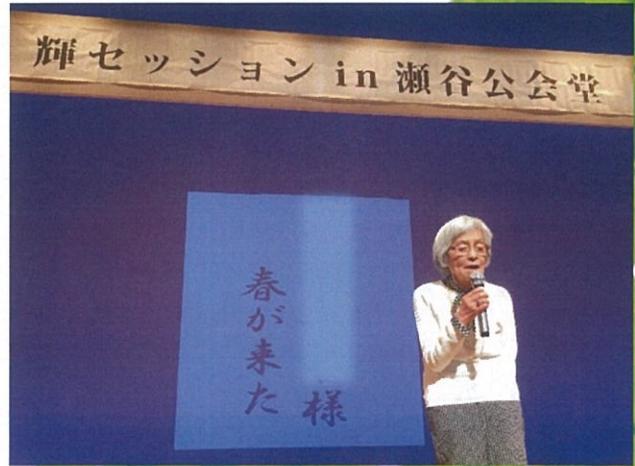
③おとなの学校



④10の基本ケア

デイサービス輝の杜の取り組み

輝セッション



「人生は重ねただけの価値がある」をテーマに
お客様の好きなことや得意なこと、思い出話などを披露して頂く機会
を設けています。お客様一人一人が輝ける時間(目標)をもつことで、
日々の活力にして頂くことを目的としています。
月2回を設定し、年1回の瀬谷公会堂での発表会を目指しています。

デイサービス輝の杜の取り組み

おとなの学校



「毎月新しくなる高齢者向け教材」 おとなの学校メソッドとは？

30分間単位で行う「**学校形式**」で「**回想法**」を実践するものです。「昔のこと」は心の中にキチッと残っているもので、『授業形式』というシチュエーションを用いて機能改善を図ります。

教科書は「勉強」するというイメージですがここでの教科書は問題を解くだけでなく、最も大切にしているのは当時を思い出す事です。それによりコミュニケーションが生まれ、楽しかったことや大変だったことなど話す事で「**意欲**」を引き出します。

おとなの学校教科書の「**個人購入者ポイント制度**」について

※教科書代 1650円

おとなの学校授業中に・・・

- ①参加して頂く 1回1ポイント
 - ②手を挙げて発言して頂く 1回1ポイント
 - ③自宅学習 1課題毎に1ポイント
- ※前月の教科書の未受講ページをご自宅で取り組んで頂く

ポイントを積み立てて頂くと・・・

100ポイント毎に国産米（2合）を差し上げます！

デイサービス輝の杜の取り組み

笑いの力で生きる力を3倍に？

笑いヨガ



笑いのチカラ その1 最高の有酸素運動

笑いヨガは笑いのエクササイズとヨガの呼吸法を取り入れたものです。どなたにでも行うことができ、10分間の笑いのエクササイズは30分のエアロビクスと同様に心肺機能を鍛える事ができます。

笑いのチカラ その2 免疫力アップ

通常の呼吸では25%ほどの体内の空気の入れ替えに対し、笑った時の深い呼吸は75%の空気を入れ替えることができます。「笑いヨガ」を行うことで新鮮な酸素が血液を巡り、細胞は活性化されます。活性化された細胞は免疫力の向上につながり、病気に強い身体を内側から作ります。笑う事により、癌を退治する「NK細胞」も活性化されています！！

笑いのチカラ その3 ストレスからの解放

病気の70%～80%はストレスに関連して発生しています。「笑いヨガ」を行っている間はホルモンがストレスを低下させ、精神的な面では肯定的な感情を呼び起こし、ストレスからの解放を促します。

輝の杜では、「笑いヨガリーダー」を取得したスタッフを中心に、「笑いヨガ」を開催しています！



お気軽にご見学・ご相談をお待ちしています。

《所在地》

〒246-0008

神奈川県横浜市瀬谷区五貫目町10-38

電話:045-920-0767 FAX:045-920-0841



社会福祉法人

合掌苑

生活相談員：岩崎 茂
濱道 明日香