

# “体”と“頭”の健康を維持する

## デイサービス 1日の ご利用の流れ

送迎車で「こすかたの郷・家」までお越し頂き、食事、入浴、レクリエーション・催事等を通じて健康的な心身の維持・向上を図ります。

イベント食



日常食



## 午前の活動 《体・頭の健康》



体の体操(DAM・軽体操)



頭の体操(シナプソロジー)



頭の体操(脳トレ)

## 私たちの 目指す 介護サービス



### 《安全・安心な暮らし》

24時間365日、ご利用者様のライフスタイルに合わせ、専門性の高いスタッフをはじめ、医療・調剤機関など各種専門業者との連携により、日々安心な暮らしのご提供に努めております。

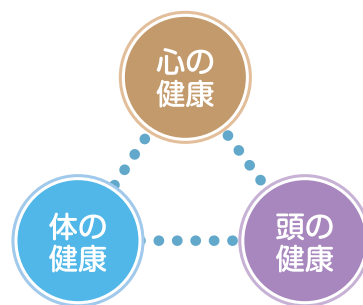
### 《健康な暮らし》

安全な生活の場としてオールバリアフリー、随所にユニバーサルデザインを取り入れております。高齢者様が日々安心して暮らしていただける、生活への環境づくりや生活空間の演出など、常に工夫・改善を心がけております。

### 《快適な暮らし》

日々の暮らしを楽しんでいただくために、QOL(生活の質)向上やホスピタリティを常に考え、季節に応じた空間演出や生活イベントをご提供しております。快適な環境でご利用者様同士の会話が弾む場となり、シルバーライフの質を高めることに努めます。

「健康長寿を育む」  
サポートします。



「健康寿命を保つ」  
健康・予防プログラムを  
提案します。

### 《心の健康》

「喜び」や「楽しみ」を感じていただくために、レクやクラブ活動の他、茶話会やカルチャー教室を開催し充実した「生活時間」を過ごして頂くことや、個別に支援するフットケアやハンドケアなども取り入れています。

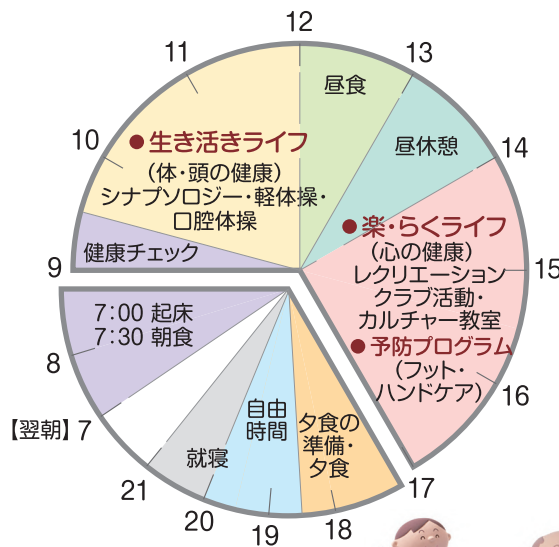
### 《頭の健康》

認知症予防や症状軽減を目的に、脳を活性化させる「シナプソロジー」を始めとした脳トレに取り組んで頂いております。体だけではなく、頭の健康維持にも積極的に取り組むことを目指します。

### 《体の健康》

ご利用者様のペースに合わせた、日常生活の中で出来る軽体操や小グループ活動など体の健康維持・向上に特化したプログラムに取り組むことで、より健康を意識した毎日をお過ごし頂くことを目指します。

四季に応じ高齢者のための栄養とバランスがとれたあたたかい美味しい食事のご提供に努めてまいります。



※レクリエーションとクラブ活動は、毎日どちらかお好きな方をご利用者様自身に選択頂きます。



## 午後の活動 《心の健康》



各種レクリエーション風景



各種クラブ活動



各種カルチャー教室