



「動きたい」

「歩きたい」

「話したい」

という思いにお応えします。

Story Guide Book

デイ・リハビリテーションセンター

ツバメ  
ゆかい



## デイケアセンターってどんなところ？

身体機能の回復・維持を目的に  
理学療法士 (PT)・作業療法士 (OT)・言語聴覚士 (ST)  
によるリハビリテーションを提供する施設です！

## デイサービスとデイケアの違い

### デイサービス

食事や入浴、機能訓練といった介護サービスを受け、日常生活動作の向上・健康の保持・仲間との交流を主な目的としています。また、ご家族の身体的・精神的負担を軽減できるように支援する場ともなっています。

### デイケア

身体機能の回復・維持に重点を置いた専門職によるリハビリテーションを受けることが目的となっています。デイケアでももちろん入浴・食事のサービスを行っています。

## 利用者様の声

デイケアを初めて利用する方にとっては、どんな場所なのか分からないことが多くて不安になるかもしれません。現在楽しく通われている方も、かつてはそうだった方が少なくありません。利用前にはどんなことが不安だったのか、そして実際に利用してみてどう感じたのか、利用者様にお気持ちをお聞かせいただきました。

### 人が多いにぎやかそうな場所に、自分になじめるか不安でした。

最初はにぎやかな場所になじめるのか不安でしたが、思い思いのことをしながら過ごせる環境だと気が付きました。施設内には雑誌やTV・マッサージチェアもあり、自主練習用の機器類も充実しています。中には、自宅から折り紙などを持参して作品作りをする人や、ipadでネットサーフィンする方もいます。今ではここに来るのが楽しみになっています。

※危険物、飲食物のお持込はできませんのでご了承ください。

また、お持込頂いた物品の破損・紛失等について当施設は責任を負いかねます。



## 相談員より

もし利用に際してご不明な点などがありましたら、お気軽に相談員までご連絡ください。また、いつでも施設見学・体験利用を行っています。「百聞は一見にしかず」です。まずは直接ツバメゆかいをご覧ください、どんな場所なのか肌で感じて頂ければと思います。みなさんのご連絡をお待ちしています。

---

## 利用者様の一例

---



### A様（52歳男性／要介護 2）

1年前に脳梗塞で入院し、退院後ツバメゆかいの利用を始める。一時期は歩けなくなっていたが、リハビリの成果もあり、自立歩行出来るようになった。もう一度、社会復帰したい一心で、現在では会社までの通勤を想定した階段の昇り降り等を中心にリハビリを行っている。



### B様（80歳女性／要介護 1）

3年前に脳梗塞でリハビリ病院に入院。退院後は集中的なりハビリを受ける為、週2回ツバメゆかいに通う。自宅では夫が家事・介護を担当している。言語障害の症状が見られる為、言語聴覚士によるリハビリを受けている。

# A様のツバメゆかいの一日

52歳 男性 要介護2

## 1日のスケジュール

|       |                |
|-------|----------------|
|       | 到着             |
| 10:00 | 血圧測定<br>おやつとお茶 |
| 10:50 | リハビリ           |
| 11:10 | パワーリハビリ        |
| 11:30 | 口腔体操           |
| 12:00 | 昼食             |
| 13:00 | 自主練習           |
| 13:30 | おやつとお茶         |
| 14:00 | 帰宅             |



さあ、今日のリハビリも  
がんばろう！

## 午前 リハビリテーション

病気になる前は地元の企業に勤めていました。

もう一度仕事場に戻りたい、私を待っていてくれる仲間がいる。

その思いが今日も私を動かします。



---

## 自主練習

---

私のお気に入り“バイオステップ” 目標を決めて筋力アップに励んでいます。



---

## 昼食

---

お食事は毎日2種類から好きなメニューを選ぶことができます。



---

## 午後2時 帰宅

---

午後2時に帰宅できるのも利用を決めた理由の一つ。リハビリや自主練習で無駄のない時間を過ごして帰ることが、自分の生活リズムに合っていると思います。

## B様のツバメゆかいの一日

80歳 女性 要介護1

### 1日のスケジュール

|       |                  |
|-------|------------------|
|       | 到着               |
| 9:00  | おやつとお茶<br>団樂の時間  |
| 10:30 | ラジオ体操            |
| 11:00 | 入浴               |
| 11:30 | 口腔体操             |
| 12:00 | 昼食               |
| 13:00 | STとの言語リハビリ       |
| 14:00 | レクリエーション         |
| 15:00 | おやつとお茶           |
| 15:30 | お座敷小唄・北国の春<br>体操 |
| 16:00 | 帰宅               |



言語聴覚士との  
「言葉のリハビリ」

### STとの言語リハ

お友達と楽しくおしゃべりがしたい！それが私の目標でした。

ここでは言語聴覚士（ST）がいて、「言葉のリハビリ」も受けられる。

以前のように戻るには、まだ時間がかかりそうだけど、一生懸命リハビリを続けていきたいです。



---

## 入浴

---

お風呂でゆったりと汗を洗い流します。ツバメゆかいの入浴サービスは、その方の身体機能に応じた様々な機械浴層を揃えておりますので、安心して入浴頂けます。



---

## おやつ

---

おやつの時間には、日本各地の有名な銘菓が出てくることもあります。その他、月1回のおやつバイキングは、彩り豊かなスイーツの数々についつい目移りしてしまいますね。



---

## 理容サービス

---

月に5日ほど、理容師が出張サービスを行っており、カットだけではなく、カラーリングやパーマにも対応しています。綺麗にしたいけど、体を壊してからというもの、自宅から美容室に通うことが面倒だったので、ここで行って頂けることで非常に満足しています。

※カラーリングやパーマに関してはご利用者の状態に応じて対応させていただきます。

# ① リハビリテーション

在宅生活の維持や社会参加を目標に、  
利用者一人一人に合わせたリハビリを提供

理学・作業療法士による身体機能や生活動作、認知症リハビリテーション、言語聴覚士による言語・摂食・嚥下のリハビリテーションにも力を入れています。



その他にも自主練習指導、ご家族への適切な介助方法の伝達、住宅改修の提案、福祉用具の助言など安心して在宅生活を送ることができるよう支援します。

リハビリスタッフ 総勢16名で充実のリハビリを提供します。

理学療法士12名

作業療法士2名

言語聴覚士2名

理学療法士 (PT)  
作業療法士 (OT)

日常生活をおくるのに必要な動作の訓練をします。

言語聴覚士 (ST)

言葉によるコミュニケーションが困難な方や、食物などの飲み込みが困難な“嚥下障害”の方の訓練をします。

(令和元年5月現在)

## ツバメゆかいの役割

急性期・回復期病院の退院後に在宅生活を送る方の維持期リハビリテーションを実施する役割を担います。

急性期

急性期病院

病気やケガの発症から間もない時期

回復期

回復期リハビリテーション病院

症状が安定し、在宅復帰を目指したリハビリを集中的に行う時期

維持期

“ツバメゆかい”のような通所リハビリテーションをはじめとする各種介護サービス

回復した能力を維持しながら在宅生活を送る時期



## 充実したリハビリテーション

ツバメゆかいでは利用者の目標に合わせたプログラムを実施しています。

### 個別のプログラム

理学療法士・作業療法士・言語聴覚士が定期的に利用者様のしたい活動(目標)を確認させていただきます。その目標に合わせ、個別リハビリやグループワークの提供をしております。また、必要に応じ自主練習の提示もしており、より効果的な内容となっております。

### 「健康講座」を毎月実施

リハビリスタッフによる利用者向けの「健康講座」を毎月実施し、片手でも生活しやすくなる自助具・福祉用具の紹介、地域サービスの紹介、病気と運動の関係などをお伝えしております。

#### 個別リハ



理学・作業療法士によるマンツーマンでリハビリを実施

#### 自主練習



リハ機器を使って自分のペースでトレーニングを行う

#### HANDS 療法



電気刺激装置を用いて自分で麻痺した手や指を動かそうとした時に電気が流れ筋肉の収縮を助ける

#### ステップ台体操



ステップ台をリズムに合わせて昇り降りする有酸素運動

#### プレミアムジム



持久力や筋力の向上、歩行動作の改善等

#### ノルディックウォーキング



2本のポールを使って歩行運動を補助し、運動効果を増強する

## 2 お食事

健康的においしく楽しんでいただけるようなお食事をご用意しています。

### 栄養管理・食事指導を 行っています

在宅で利用者様を支えるご家族に管理栄養士が食事指導をします。嚥下食や栄養管理など、お食事に関することでお困りでしたら、お気軽にご相談ください。



### 選べる楽しさ

毎日、2種類のメニューを提供し、  
好きなお食事をお選びいただけます。(1食 390円)



### 行事食

毎月季節にちなんだ  
メニューをお出しす  
る「行事食」をご用意  
しています。

(写真はバレンタイン行事食)



### おやつ

季節感のあるおやつを用意していま  
す。銘菓を提供する「お楽しみおや  
つ」や、「おやつバイキング」、その  
他利用者様参加による「手作りおや  
つ」イベントも随時行っています。

### 3 レクリエーション・イベント

レクリエーションは他の利用者様との交流が生まれるだけでなく、身体を動かす良い機会にもなります。

みなさまが思わず参加したくなるような楽しいレクリエーションを毎日実施しています。  
外部のボランティア団体や近隣の小学校・保育園との交流も活発に行っています。

#### 様々なレクリエーションで楽しい ひとときを提供します。

床ダーツや卓上ボウリング、グラ  
ンドゴルフといった身体を動かす  
定番のレクや、手作り“ハーバリウ  
ム”といった作成したものをお持ち  
帰りできるスペシャルレクも随  
時行っています。



#### 地域交流活動を 積極的に行っています。

近隣の保育園や小学校の子供たち  
を施設に招いたり、訪問したりと定  
期的に交流を行っています。子供の  
笑顔は、利用者様を元気にしてくれ  
ます。



#### 年に一度のお楽しみ 「ぶどう祭り」!

たくさんの屋台や地元のボラン  
ティアのみなさまによる出し物  
など、毎年盛大に開催されます。



## 4 快適に利用していただくために

ツバメゆかいに通うみなさまが快適に利用していただけるよう、各種サービスを充実させています。

### 多様な過ごし方に対応

一日定員150名で、年齢も40歳～100歳と幅広くにぎやかな雰囲気ですが、リハビリの自主練習に励む方や、設置されている雑誌を読んで静かに過ごす方もいらっしゃいます。マッサージチェア\*や、男性に人気の麻雀や囲碁・将棋、インターネットコーナーもご用意しています。 ※利用にはリハスタッフ・医師の許可が必要です。

### 急な体調不良時にも対応

施設には看護師が勤務するほか、体調不良者用のベッドが6台設置されており、急変時にも対応いたします。

### 充実の送迎サービス

広範囲にわたり送迎を行っています。車椅子にも対応しています。表記のエリア外にお住まいの場合でもご相談ください。

全域

栃木市

一部

小山市



## ツバメゆかい ご利用希望の方へ

担当のケアマネジャーに  
利用希望の旨をお伝えください。

ツバメゆかい TEL. 0282-21-8855

〒 329-4404 栃木県栃木市大平町富田 5-232

|           |                            |
|-----------|----------------------------|
| ご利用いただける方 | 要支援 1・2、要介護 1～5 と認定された在宅の方 |
| 定員        | 150名                       |
| ご利用できる曜日  | 月曜日～土曜日                    |

### 体験利用・利用の申込み

申込みから利用開始まで  
スピーディに対応いたします。

お問合せ・見学

来舎、希望の曜日と送迎について相談

希望者の状況の確認・契約

利用を検討されている方には体験利用がお勧めです（参加費無料）。

### その他の介護サービス

ツバメゆかいは「介護老人保健施設 リハビリパークぶどうの舎」に併設されたデイケアです。同じ建物内にありますので、ショートステイ等を検討される方にとって環境の変化が少なく安心してご利用いただけます。

#### ◎ 介護老人保健施設 リハビリパークぶどうの舎（100床） ※短期入所療養介護含む

在宅介護が困難な方を長期的にお預かりし、ケアを提供します。病院を退院された方や在宅生活が困難な方に対しても、在宅復帰できるよう専門職によるリハビリテーション・ケアも実施しています。2階の認知症専門ユニットでは、記憶の訓練と日常生活訓練を組み合わせたプログラムを実施しています。

ご利用  
いただける方

入所（10床）：要介護 1～5 の病状の安定されている方

#### ◎ ぶどうの舎 居宅介護支援事業所

介護でお困りのことがございましたらご相談ください。  
経験豊富なケアマネジャーが対応いたします。

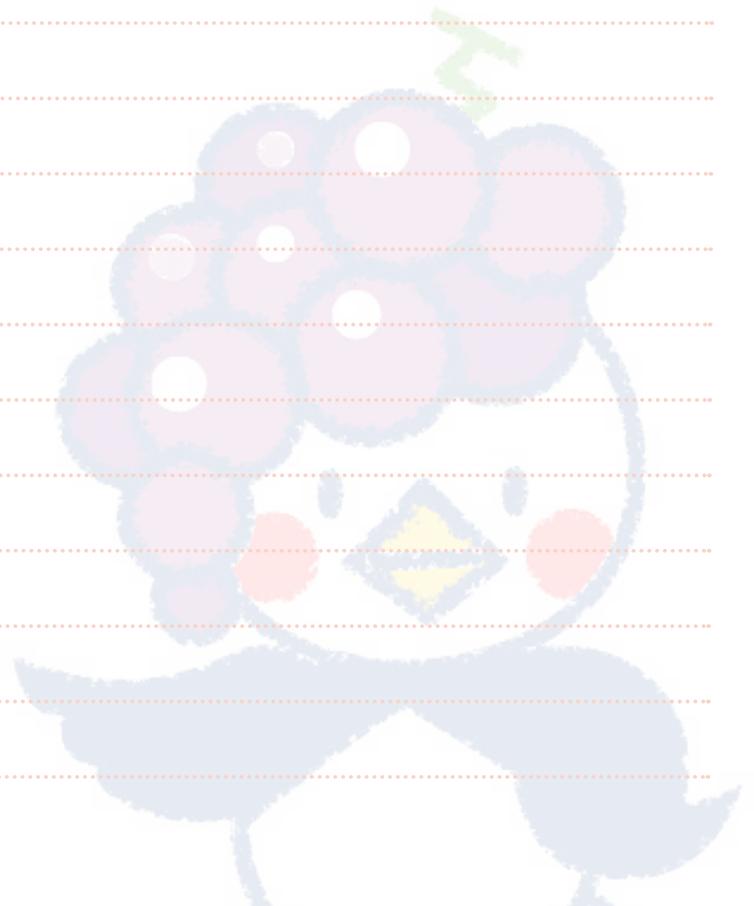
業務内容  
（一例）

- ・介護相談
- ・介護保険利用の手続き代行
- ・介護保険サービスを受けるためのケアプラン作成や調整 等

※要介護（要支援）認定を受けられる方は、介護保険制度から全額給付されるので自己負担はありません。

# MEMO

Handwriting practice area with 20 horizontal dotted lines.



## ツバメゆかい

電話 0282-21-8855 FAX 0282-21-8856

## 介護老人保健施設 リハビリパークぶどうの舎

電話 0282-21-8833 FAX 0282-21-8834

## ぶどうの舎 居宅介護支援事業所

電話 0282-21-8835 FAX 0282-21-8834

【受付日時】月曜～土曜 8:30～17:30

【休業日】日曜日・12月31日～1月3日

【主な担当地域※】※当該地域以外でも相談可能です

栃木市全域 / 佐野市・小山市の一部地域



**所在地** 〒329-4404 栃木県栃木市大平町富田 5-232  
(新大平下駅東口より徒歩7分)



医療法人社団 友志会  
<http://www.nogihosp.or.jp/budou/>