

# 塩竈の街が一望できる・梅の宮神社向かい お気軽にマミーパラダイス

塩竈市介護予防・日常生活支援総合事業第1号通所事業（通所型サービスA）



## 「お気軽にマミーパラダイス」のご案内

令和4年7月よりマミーホームでは、「介護予防・日常生活支援総合事業（通所型サービスA）」をスタートし、地域の高齢者の皆様に社会参加の場をご用意します。

「お気軽にマミーパラダイス」では、**要介護状態となる前の高齢者に、健康のための機能訓練などの介護予防を行います。**その他に、レクリエーション、外出などの野外行事を行います。

多様な方と触れ合い、楽しみを持つことで引きこもりを防ぎ、いつまでも住み慣れた街で元気で過ごすことができることを目指します。

見学からどうぞお気軽にお越しください

### 料金

**利用料は無料です。**（塩竈市からの業務委託です。）

別に、昼食代600円かかります。（持参する場合はかかりません）

また、野外活動等の入園料、野外活動のバス代公共交通機関の運賃については自己負担となります。



## 対象となる方

※要支援1, 2の認定をお持ちの方、基本チェックリストで事業対象者となった方で、以下の状態にある方。

体力の衰え、筋力低下により閉じこもりがちになっている方。

地域のサロン、町内会の行事などへの参加が、体力的及び精神的な理由により少なくなった方。周りに知り合いが少なくなり、話し相手がいなくなっている方。



## 利用回数

週1回～2回

## 実施曜日

平日の月、火、木、金曜日になります。

## 実施場所

デイサービス梅の宮マミーホーム（塩釜市梅の宮16番29号）

ホーム内



## 1日の流れ・過ごし方

- 9:00～10:00 送迎 皆様のご自宅までお迎えに行きます
- 10:30～ 血圧・体温を測り、健康のチェックを行います。その後、脳トレ、集団体操、ストレッチ、筋力トレーニング、口腔体操、介護予防運動、音楽療法など
- 12:00～ 昼食 マミーの手作りの料理、持参弁当、仕出し弁当など
- 12:30～ レクリエーション、外出行事、地域交流会、創作活動など
- 14:10～15:00 帰宅 皆様のご自宅までお送りいたします。

※デイサービスと別部屋での活動となります。

## ご利用までの流れ

居住地の地域包括支援センターもしくは市の窓口（高齢福祉課）、マミーホームへご連絡ください。ご本人・担当の地域包括支援センターに連絡のうえ契約、利用開始となります。

塩釜市高齢福祉課 地域支援係 電話 022-364-1204 地域包括支援センター 別紙参照

## デイサービス梅の宮マミーホーム

〒985-0077 塩釜市梅の宮16-29（梅宮神社向かい）

TEL 022-362-2322 FAX 022-362-4321

担当 伊藤・鶴田

ホームページ <http://care-net.biz/04/mammyhome/>



※当ホームは、ご利用者の個人情報等に関する情報を、正当な理由無く第三者に漏らしません。また、漏洩する事のないよう、適切な管理・保管を行い、ご利用者様とご家族様の信頼にお応えできるよう努めます。

※コロナ対策として、空間除菌脱臭機を設置し、消毒、検温を徹底しています。