

★体力増強と体のメンテナンスを！
★運動する習慣を通じて健康を維持しましょう！

介護予防教室

- ◎マシン器具を使ったトレーニング
(上半身、下半身、体幹のバランス等の強化)
- ◎座位又は床での全身のストレッチ強化および指導
(様々な部位にアプローチしたもの)
- ◎頭や手指の体操や認知症予防
(頭の体操、脳の活性化など)



専門スタッフの指導のもと行うので安心です。

介護予防事業 健康長寿教室

あいあい

対象者：60歳以上の方（介護認定以外の方）
開催日：毎週木曜日（祝日除く）14時～15時30分
参加費：1,000円/回（送迎/会場より2km未満300円、2km以上400円）
持ち物：タオル・飲み物・上履き
定員：15名

令和4年度後期 市委託事業 元気アップ教室東陽館

若々クラブ

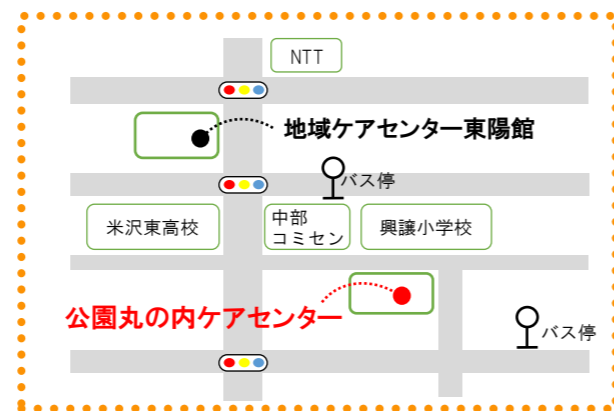
対象者：65歳以上の米沢市民
開催日：月1回 第4木曜日（祝日除く）14時～15時30分
参加費：無料（陶芸教室は材料費500円）
持ち物：タオル・飲み物・上履き
定員：18名

講師：兵庫 衛（柔道整復師・健康運動指導士） 浦山 森継（柔道整復師・鍼灸師） 小林千春（理学療法士） 古川瞳美（作業療法士）

会場 公園丸の内ケアセンター
米沢市丸の内2丁目3-3 TEL21-8081

お申し込み 地域ケアセンター東陽館
米沢市城北1丁目2-5 TEL.0238-37-8181

※お電話は月曜日から土曜日に承ります。締切りは開催日の2日前になります。
※新型コロナウイルス感染の状況により中止となる場合がございます。ご了承ください。

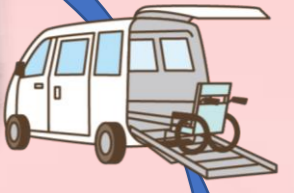


有限会社HYOコーポレーション

・地域ケアセンター東陽館	〒992-0051 米沢市城北1丁目2-5 (デイサービスセンター東陽館 直通)	Tel.0238-37-8181 Tel.0238-27-8187	Fax.0238-37-8010
・東陽館居宅介護支援事業所	〒992-0052 米沢市丸の内2丁目3-3	Tel.0238-22-5170	Fax.0238-27-7555
・公園丸の内ケアセンター	〒992-0052 米沢市丸の内2丁目3-3	Tel.0238-21-8081	Fax.0238-21-8082
・地域支援センター奏で愛の社(奏で館)	〒992-0045 米沢市中央7丁目4-37	Tel.0238-40-1130	Fax.0238-40-1135
・小規模多機能ホームあら町ケアセンター	〒993-0006 長井市あら町4番23号	Tel.0238-84-7577	Fax.0238-87-1502
・小規模多機能ホームはなのまち	〒993-0006 長井市あら町3-8-1	Tel.0238-84-2677	Fax.0238-88-7711
・グループホームすずな	〒993-0061 長井市寺泉641番地	Tel.0238-87-0327	Fax.0238-87-0329

小規模多機能ホーム

公園丸の内館



公園丸の内館

宿泊

通い

ご利用者やご家族のご都合に合わせの皆様宿泊することも可能。



訪問

なじみの専門スタッフがご利用者のお宅に伺って介護。



食事や入浴、体操やレクリエーションをおこないます。見慣れたスタッフによる送迎なので安心。



公園丸の内館では「通い」「宿泊」「訪問」の3つのサービスを一体的に受けることができます。

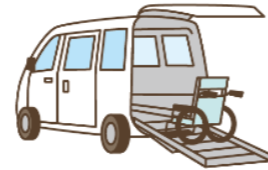
〒992-0052 米沢市丸の内2丁目3-3 Tel.0238-21-8081 Fax.0238-21-8082

随時、見学・お試し利用を受け付けております。お気軽にご連絡ください。



小規模多機能ホームは、少人数制の地域密着型サービスなので、ご利用者一人ひとりとじっくり向き合った介護ができます。

通い サービス

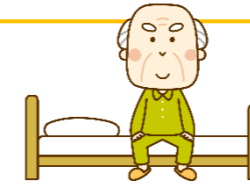


スタッフがご自宅との送迎をいたします。施設では入浴、食事、排せつ等の介護や機能訓練を行い、ご利用者が楽しく通えるように、リズム体操や様々なレクリエーションを用意しています。ときにはお花見やドライブに出かけたり、季節のイベントとして、春の「山菜鍋」や「芋煮会」などの催しを東陽館と合同で開催しています。いろいろな人との触れ合いにより閉じこもりや孤立感を防ぐことができます。



お風呂は個人浴と機械浴があり、重度の介護にも対応。お一人ずつの入浴でプライバシーにも配慮しています。

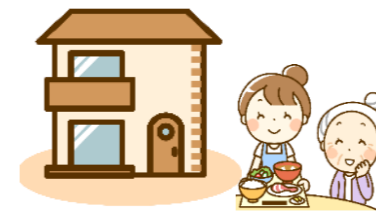
宿泊 サービス



1～2週間程度宿泊することができます。例えば、ご利用者の体調が悪化し、ご自宅での介護が難しい場合やご家族が家を空けなければならなくなったり、休養を取りたいときなどにご利用いただけます。



訪問 サービス



ご自宅にて、食事や服薬、入浴・排泄介助などの身体的介護や掃除・洗濯など生活援助サービスを行います。



公園丸の内館 1日の流れ

- 6:30 起床・着替え・洗顔
- 8:00 朝食・口腔ケア・服薬
- 8:30 通所ご利用者お迎え
- 9:30 健康チェック
入浴開始
- 10:30 ラジオ体操
コーヒータイム
レクリエーション
- 12:00 昼食・口腔ケア
服薬



- 13:00 休憩（お昼寝）
午前のご利用者帰宅

- 15:00 おやつタイム



- 15:30 レクリエーション



- 16:15 通所のご利用者帰宅

- 18:00 夕食・口腔ケア・服薬

- 20:00 血圧測定
就寝前服薬・就寝



シニアハウス 公園丸の内館

（住宅型有料老人ホーム）



当施設は「要介護1以上」の方が、併設の小規模多機能型居宅介護サービスを受けながら過ごせる高齢者住宅です。間近には上杉神社はじめ多くの社会資源がある本市（城下町）の中心部に位置しており、居室はすべてお1人様用で、全館冷暖房完備。日中はレクリエーションや機能訓練によってメリハリのある生活をお送りいただけます。

「すべてはご利用者のために！」が当施設のマottoです。