

デイサービスつくばらいふ 6つの特徴

5 毎日選べる 美味しい食事

つくばらいふでは、毎日【選択食】として、ご飯ものと麺類の2種類をご用意しております。お好みの食事をお選びください♪ また【行事食】を毎月1回程度実施しています。



【行事食】 ひな祭り・ちらし寿司

他にも イベントごとに美味しい食事やおやつを提供します。



【行事食】 敬老の日お弁当



【選択食】 けんちんそば



【選択食】 牛肉と大根の煮物



6 広々大浴場で お風呂を満喫

つくばらいふ大浴場へようこそ

つくばらいふでは利用者様それぞれの特性に合わせ快適な生活を目指し入浴支援をさせていただきます。

窓からは和風庭園をご覧になれます



一般浴



機械浴



プライバシーに配慮した脱衣室



足湯

『デイサービス つくばらいふ』が大切にしていること



おひとりお一人の個性を大切に、誠心誠意サポートさせていただきます

安全、安心、笑顔のある居場所作りに努めます

豊かな気持ちで、物事にとらわれず対応できる環境作りを目指します

デイサービス つくばらいふ



デイサービスの一日

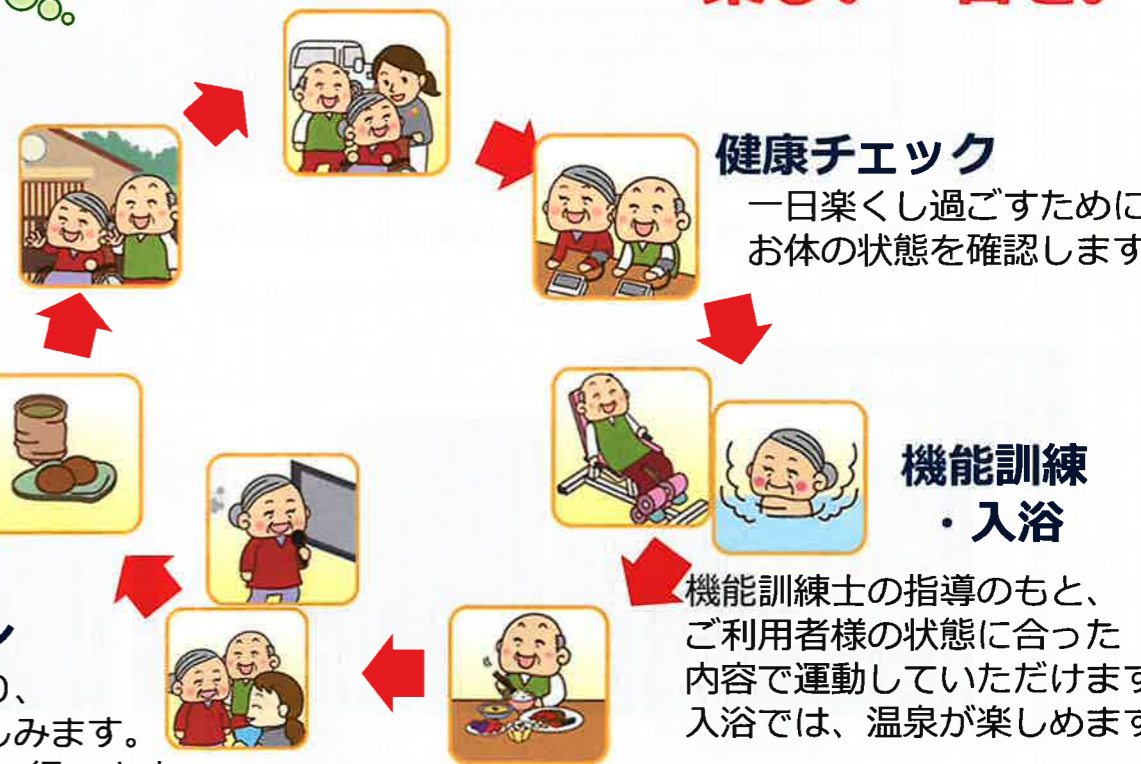
自宅にお迎え

送迎車でスタッフがご自宅まで順番にお迎えに伺います。

今日も充実した楽しい一日を。

自宅にお送り

一日お疲れ様でした。送迎車でスタッフがご自宅までお送りいたします。



おやつ

お菓子と、コーヒー・紅茶を飲みながらおくつろぎください。

レクリエーション

皆さんとゲームをしたり、カラオケなどをして楽しみます。季節の行事もこの時間に行います。

健康チェック

一日楽しく過ごすためにお体の状態を確認します。

機能訓練・入浴

機能訓練士の指導のもと、ご利用者の状態に合った内容で運動していただけます。入浴では、温泉が楽しめます。

ご利用の際にお持ちいただく物

連絡帳・薬 (服用・塗布)	上履き 歯磨きセット	バスタオル 下着などの着替え	濡れた衣類などを入れる ビニール袋
------------------	---------------	-------------------	----------------------



連絡帳・薬



ビニール袋

お問合せ

デイサービス つくばらいふ

〒300-3261 茨城県つくば市花畑1-16-5 <http://www.tsukubalife.tombow-life.jp/>

☎ 029-864-7717

FAX 029-864-7718

デイサービスつくばらいふ 6つの特徴

1 来れば来るほど貯まるポイント

つくばらいふでは、ご希望される利用者様にポイントカードを作成させていただきます。ぜひ、ポイントを貯めてお好みの商品をお持ち帰りください。

つくばらいふ ポイントカード

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20

★来所ごとに、1ポイント。
★20ポイントたまると、素敵な商品がもらえます!!

商品一例



※ 商品につきましては、多少変更することがございます。予めご了承ください。

2 多彩な年間行事



新年会

納涼祭

クリスマス会

1月	• 新年会	
2月	• 節分/真壁のひな祭り見学	
3月	• ひな祭り会	
4月	• お花見	
5月	• 母の日会	
6月	• 父の日会	
7月	• 七夕まつり	
8月	• 納涼祭	
9月	• 敬老会	
10月	• 運動会	
11月	• 紅葉見学	
12月	• クリスマス会	

デイサービスつくばらいふ 6つの特徴

3 みんなで楽しむレクリエーション

多種多様のメニューの中から、皆さんに喜ばれるレクリエーションを日替わりで行っています。

制作レク、その他

季節の壁画制作

トイレトペーパーの芯や牛乳パック等を使って、お家にも飾れる、季節の制作物も作っています。

調理レク

敬老の日まんじゅうやお月見団子、クリスマスデザートなどなど... 季節を味覚で味わう調理や、おやつ作りも好評です。

4 充実した設備で機能訓練

ウォーターベッドで全身をほくします



日常生活動作に必要な筋力トレーニング

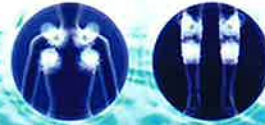
日常生活動作訓練
＝がんばり坂での歩行訓練



当施設で利用できるその他の機器



介護医療施設
特定保守管理医療器具



←全身を
ほぐしたい方



↑
足の筋肉の衰えが気になる方・バランスを崩しやすい方



膝・腰の気になる痛みに

猫背が気になる方

体力の衰えが気になる方



肩の動きが気になる方



むくみにお困りの方

通所介護（デイサービス）
つくばらいふ

TEL : 029-864-7717

レッドコード・エクササイズとは？

通所介護（デイサービス）
つくばらいふ

特徴

専用の機器（レッドコード）を使用することにより、身体に障害がある方に加え、日常生活にそれほど不自由のない方まで、幅広い層に適切で安全な運動を提供できる運動方法です。



↑レッドコード
(各種スリングと付属品)

グループ・エクササイズ

集団で運動を行うことで、皆さんで声を掛け合いながら、楽しく運動をすることができます。音楽に合わせて運動を行うことで、テンポの速さによって、運動の難易度を調整でき、認知症を抱えている方にも、効果的な刺激になることを期待できます。

当施設での活用方法

最大6人のグループで、インストラクターを囲むように椅子に座り、レッドコードを使用して運動を行っています。運動中は音楽を流して、リラックスしてもらいながら、ストレッチや筋力トレーニングを行っています。ご利用者様からは大変人気があり、レッドコード・エクササイズを楽しみに、デイサービスにいらっしゃる方もおられます。認知症がある方も、インストラクターや参加者のまねをして一緒に運動することができます。

エクササイズの様子

