

# ミモザ千住大橋

地域密着型通所介護  
定員 18名

《サービス提供時間》

9:30～16:45(7時間15分)

《営業日》

月曜～土曜(祝日も営業します)

《お休み》

日曜・年末年始(12/29～1/3)

## ミモザ千住大橋一日の流れ

～9:30	ミモザ千住大橋到着	
9:30～10:00	バイタル測定・ラジオ体操	
10:00～11:50	運動・パワリハ (マシン使ったりハビリ)・趣味活動	入浴
11:50～12:00	嚙下体操	
12:00～12:30	昼食	
12:30～13:00	口腔ケア	
13:00～14:20	リラクゼーション・ミモザシアター上映	
14:20～15:20	体操・朗読(毎週1話ずつ進んでいきます。) 回想法(昔の話や季節の話皆さんで行っていきます。)	
15:20～16:00	レクリエーション (身体を動かすものからおやつ作りや外出訓練があります。)	
16:00～16:20	おやつ・雑談	
16:20～16:30	帰宅準備	
16:30～16:45	送迎車へ乗車	
16:45～	ミモザ千住大橋出発	



# ミモザ千住大橋

## デイサービスのご案内

定員18名の少人数・地域密着型のデイサービスです。市場で仕入れた新鮮な食材でお食事を提供しています。あたたかい家庭的な雰囲気のみもザへ一度お越しください。



住所：足立区千住河原町21-8

TEL：03-5244-6160

FAX：03-5244-6161

担当：加藤 慶（かとう けい）

事業者番号：1372106177



# ミモザ千住大橋

## ご好評のサービス

アンティーク調の家具でコーディネートさせて頂いた室内は、大人の雰囲気落ち着けるとご利用者様からご好評頂いております。

重度の介護者も安心な**リフト浴**

**パワーリハビリマシン3種類**  
マッサージ機、ブルブルマシン、  
ステップ、乗馬マシンの運動

**あんまマッサージ指圧師** による  
専門の機能訓練指導

魚河岸で毎朝新鮮な食材を仕入  
れてお作りする **ミモザランチ**

昼食後は、リクライニングチェア  
で足を上げ  
**リラクゼーションタイム**  
(ミモザシアター上映)

# マシンの紹介



レッグプレス  
(おし丸)  
大腿四頭筋 (太もも前)  
大臀筋 (お尻)  
下腿三頭筋 (ふくらはぎ)  
ハムストリングス (太もも裏)

アブダクション  
(あけ丸)  
クローズ  
大内転筋 (太もも内側)  
オープン  
中臀筋 (お尻の横)



ショルダープレス  
(うで丸)

腕を上げるとき：  
三角筋 (肩)  
上腕三頭筋 (腕)  
僧帽筋 (背中)  
腕を下すとき：  
広背筋 (背中)  
上腕二頭筋 (腕)

