

豊富なレク・充実のイベント 楽しい時間をお過ごしください

『楽しさ』を追究し、ご利用の皆さんが充実した時間をお過ごしいただけるよう、カラオケやカルチャー教室（料理やクラフト等）を実施♪ また、豊富なレクリエーション・イベントも計画しておりますので、ぜひご参加ください♪ ※自由参加
その他、ゆったりとマイペースにも過ごしたい方は、マッサージチェアでおくつろぎください。



●デイサービス ミモザ南品川のご案内

●住所：〒140-0004 東京都品川区南品川 2-2-5 1 階

■ACCESS■



サービス提供時間 月～土曜日

1日 9:30～16:35

午前 9:30～12:35

※短時間のご利用も可能です！

●定員：25名

●事業所番号：

(要介護) 1370904979

(総合事業) 1370901793

ご見学・ご相談等お気軽にお問い合わせください

TEL: 03-5782-8040

FAX: 03-5782-8041

■京浜急行線「青物横丁」駅下車 徒歩5分 又は「新馬場」駅下車 徒歩6分第一京浜沿い、みずほ銀行隣のビルの1階です

脱！フレイル ミモザが提唱する 生活機能訓練 デイサービス



フレイル改善で
“明日を楽しく生きる”

食欲の低下

興味・関心の低下

認知機能の低下

意欲の低下

社会交流の減少

身体活動量の低下

ご見学・ご相談等お気軽にお問い合わせください

●デイサービス ミモザ南品川

☎03-5782-8040

詳細は HP をご覧ください

<http://www.mimosa-care.jp/>

公式 ミモザ南品川

検索



ミモザが提唱する生活機能訓練で、フレイル『0』へ！

フレイルの3大要素



午前中の流れ

※一例です



・身体活動・動作訓練
・保清・整容、入浴・洗身・行為動作
入浴加算

10:00

・会話・コミュニケーション・コミュニティ
(居場所づくり)
・訓練



9:30

デイスービスに通うための手段として必要



自宅での
動作・目的・手段
の一例

目的・ニーズ：
機能訓練や通所の目標

個別機能訓練加算

8:00

・起床・洗顔
・口腔・更衣
・トイレ・食事
・荷物の準備
・電話に出る
・靴の脱着



外出準備

START

起床に戻る
在宅での自己実践

就寝

食事

帰宅

乗降車

靴の脱着

16:00

・社会交流・入浴
・身体活動・精神衛生の保持
・認知機能低下防止を行うための行為
(外出)



16:35

自宅に帰るための手段として必要

17:00

帰宅にて訓練したものを在宅にて実施→次の課題

午後の流れ

※一例です

フレイルとは…

医学用語である「frailty」が語源となっており、加齢とともに心身の活力が低下した虚弱な状態を言い、日本老年医学会が2014年5月に提唱しました。ミモザではフレイル対策に注力し、日常の活動をそのまま機能訓練に活かすことで、ご高齢者のフレイル改善を推進します。デイスービスに通われている時間をお楽しみいただくことは勿論のこと、デイスービスに通うことでご高齢者の心身の活力の向上を図り、お一人お一人の暮らし全体が明るく楽しくなりますよう努めてまいります。

check! 12個中4つが当てはまるとフレイルの可能性が

- ☐ 1日3食食べていない
- ☐ 半年前に比べ硬いものが食べにくくなった
- ☐ この1年で転んだことがある
- ☐ 週1回以上外出をしていない
- ☐ ウォーキング等の運動を週1回以上していない
- ☐ 普段から付き合いのある家族や友人がいない
- ☐ 体調が悪い時に相談できる人がいない
- ☐ 周りの人から「いつも同じことを聞く」などの物忘れがあるとされる
- ☐ 体重が減った
- ☐ お茶やみそ汁でおせる
- ☐ 以前より歩くスピードが遅くなった
- ☐ 体調が悪い時に相談できる人がいない
- ☐ 今日が何月何日かわからない時がある

科学的介護推進加算 厚労省の科学的介護情報システム(LIFE)に
お一人お一人の状態や訓練成果などを送信し、その分析結果から
フィードバックを受けて、次の介護計画へと役立てます。

嚥下・咀嚼・衛生・発声・発語
口腔機能訓練加算

口腔ケア

食事

12:00

・栄養摂取・食事量・食形態の確認



運動入浴



13:00

・洗い物・洗濯
・掃除・片付け

家事

娯楽

趣味・嗜好・活力

14:00

・身体訓練→歩行
・段差昇降・拳上・牽引訓練・その他
・脳トレ→短期記憶
・金銭管理、道順を覚える、買い物訓練・その他



訓練

外出

訓練したものを実際の環境で行う

外出訓練 (イベント)

娯楽・社交

15:00

・会話・コミュニケーション・コミュニティ
(居場所づくり)
・訓練



帰宅準備

・上着の脱着
・トイレ動作
・靴の脱着

16:00

・社会交流・入浴
・身体活動・精神衛生の保持
・認知機能低下防止を行うための行為
(外出)



16:35

自宅に帰るための手段として必要

乗降車

靴の脱着

16:00

・社会交流・入浴
・身体活動・精神衛生の保持
・認知機能低下防止を行うための行為
(外出)



16:35

自宅に帰るための手段として必要

17:00

帰宅にて訓練したものを在宅にて実施→次の課題

写真/イラストはイメージです