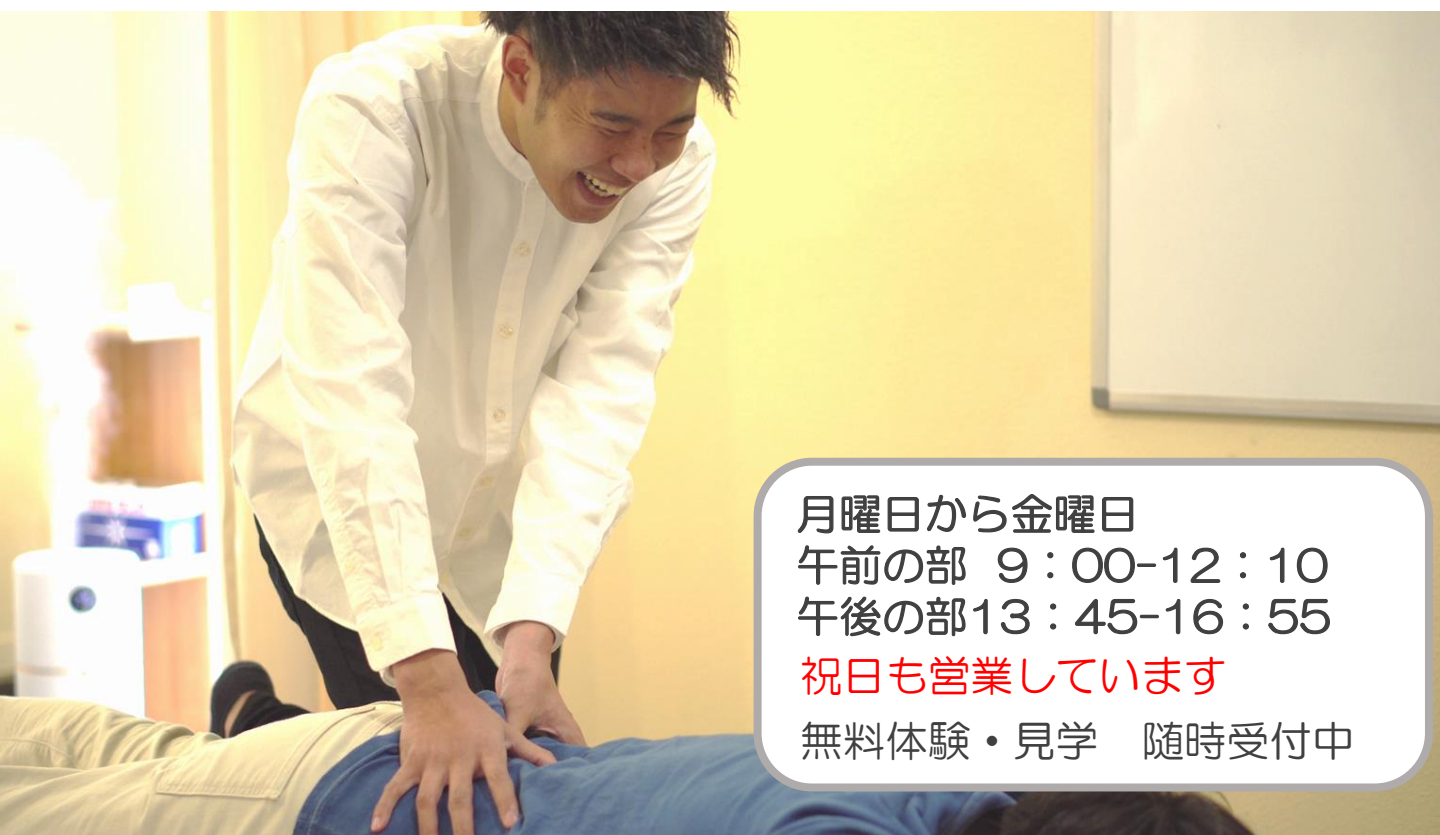


# わたらせリハデイサービス

少人数制 風呂・食事なし

運動、リハビリ、マッサージをしてお茶を楽しむ  
3時間のデイサービスです



月曜日から金曜日  
午前の部 9:00-12:10  
午後の部 13:45-16:55  
祝日も営業しています  
無料体験・見学 随時受付中

こちらのQRコード  
からもホームページ  
が見れます！



〒326-0141  
栃木県足利市小俣町1113-1  
TEL：0284-64-7325  
FAX：0284-64-7326  
MAIL:wataraseriha.day@gmail.com  
HP： で検索



全部で8ページあるよ！ゆっくり読んでね！

# わたらせりハの特徴4選



わたらせりハはこんなところだよ♪

## 特徴① 機能回復につながる運動量の確保



週に60分運動している人は、していない人に比べて死亡リスクが18%低かったという研究報告があります。その為わたらせりハでは、一回のご利用で基本メニューをこなすと60分以上の運動ができるように設定しております。

## 特徴② リラクゼーションメニューの充実



運動だけでは習慣として続けるのは大変です。疲れた時にはしっかりとリラックスできるようにリラクゼーションメニューも充実しております。マッサージチェアやホットパック、メドマーなどで疲れた身体を癒してください。

## 特徴③ リハビリ専門職による個別機能訓練



理学療法士が2名在籍しており、1人ひとりに合ったリハビリを提供しております。持病がある方でも安心して運動へ取り組むことができます。

## 特徴④ ケアマネージャー様や多職種との連携を大切にします



お客様の目標達成の為にリハビリの経過報告や状態変化などをケアマネージャー様、ご家族様にご報告しています。必要に応じて福祉用具のご提案や家屋環境のご相談もさせていただきます。多職種との友好的なコミュニケーションがお客様の為に重要であると考えています。

# 代表の紹介 私の想いを聞いてください

自分の為、家族の為に、わたらせりハへ来てください。

週1回60分の運動で、病気になる確率が18%も下がります。

一度ケガや病気になってしまったとしても回復する可能性はあります。

介護状態になる前に、自分の足で動けるうちに、わたらせりハへ来てください。

現在、日本の介護保険法では介護予防として介護保険を使える制度があります。

多くの方が、介護状態にならないと介護保険は使えないと思っています。

しかし、実際は介護状態になる前にできることが沢山あるんです。

介護状態になった方々の平均的な介護負担費は一人あたり約18万円/月（自己負担約1万8000円）です。わたらせりハデイサービスでは一人あたり約2万2000円/月（自己負担約2200円）です。これは平均的な介護費用の約1/9です。

みなさんが介護予防に努め、元気な状態で暮らし続けていけることが、自分の為にもなり、家族の為にもなり、さらには国の為にもなります。

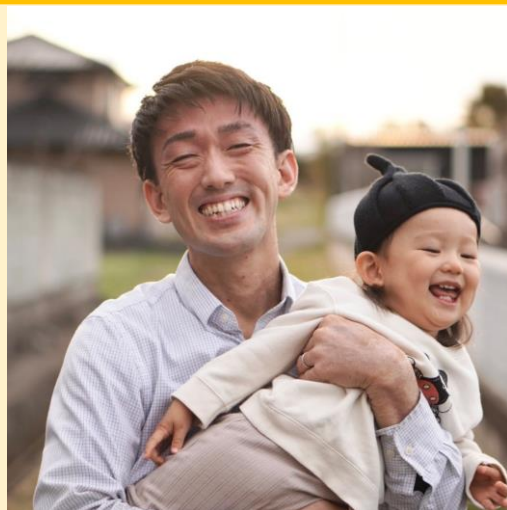
そして、そのような社会を実現したいという思いからわたらせりハデイサービスを開設しました。

まずは、自分の為、家族の為にわたらせりハへ来てください。

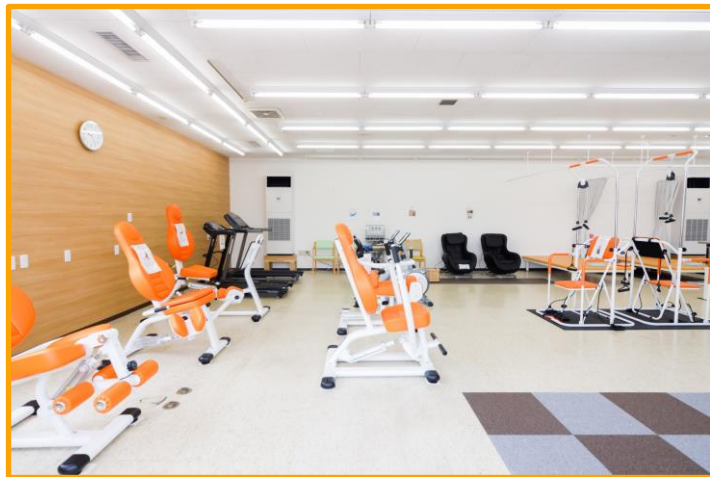
周藤 俊輔 しゅうとう しゅんすけ

昭和63年10月29日 34歳 栃木県足利市出身

桐生第一高等学校卒業後、石川県にある温泉旅館加賀屋で調理師として働く。魚アレルギーを発症し、退職。地元の栃木県足利市へ帰郷し、工場や結婚式場、スポーツクラブなど、様々なアルバイトを経験する。その後、理学療法士を志し、太田医療技術専門学校へ入学。卒業後、恵愛堂病院リハビリテーション課に勤務。その後、介護老人保健施設や通所介護施設、訪問看護ステーションなどの勤務を経て33歳でわたらせりハ株式会社を設立。



# 施設紹介



# 施設紹介

積極的に運動やリハビリをしたい方も  
ゆっくりリラックスして過ごしたい方も

## 自主練習メニュー マシン



### 自転車エルゴメーター

下肢筋力、持久力向上を目指せます  
背もたれもあるので安心して使用できます



### 油圧トレーニングマシン

5種類のマシンで全身の筋力向上  
や関節可動域の向上を目指せます



### ランニングマシン

安全に歩行練習を行えるように  
屋内で歩けるランニングマシンを設置  
しております。



### マルチホームトレーナー

全身運動が可能なマシンで  
主に関節可動域練習に使います。  
肩こりなどにもおすすめです。

# 施設紹介

## リラクゼーション



### マッサージチェア

乗り降りしやすいようにコンパクトサイズのものを  
ご用意しております。



### ホットパック (温熱マッサージ)

温熱に加えて振動刺激による  
マッサージ機能付きで、腰や脚  
を温めほぐします。



### メドマー

空気圧で足全体を包み  
マッサージをします。  
むくみ改善や血流の促進

### 脚温器

ぽかぽか足湯

遠赤外線効果



### 脚温機

電気式脚温機。遠赤外線で  
足を芯から温めます。ズボン、  
靴下を履いたままでできます。



いっぱい運動してもいいし、ゆっくり休んでもいい。好きに使ってね！！

# リハビリ専門職による マッサージ&個別リハビリ



3名の理学療法士が在籍しております。毎回リハビリ専門職による個別リハビリを受けられます。一人ひとりに最適なリハビリを提供します。

病院勤務経験もある為、適切なリスク管理をしております。手術後や脳梗塞後遺症などの疾患がある方でも安心してリハビリに取り組めます。



星野敦乙（ほしのたいち）理学療法士

心と身体はセットです  
楽しみながらリハビリしてください

## 脳梗塞、脳出血後遺症もお任せください！

齋藤 健太（さいとうけんた）理学療法士  
地域ケア会議推進リーダー  
介護予防推進リーダー  
フレイル対策推進リーダー

脳梗塞などの後遺症には、専用のリハビリが必要です  
しっかりとあなたのペースに合わせてリハビリします



無料

# おかわり自由 ドリンク＆お茶菓子

## 選べるドリンクマシン



コーヒーや緑茶、昆布茶など数種類のドリンクからお好きなものを選べます。  
ボタンを押すだけですぐに出てくるので、好きなタイミングでいただけます。

## お茶菓子



テーブルごとにカゴを用意してお茶菓子を提供しています。お茶のお供に召し上がってください。



運動後のコーヒーと茶菓子は最高だね！！



# ご利用時の流れ

午前の部

9:00

送迎 わたらせリハ到着

バイタル測定

9:30  
ラジオ体操  
第一

10:30  
ラジオ体操  
第二

自主練習

個別  
リハビリ  
&  
マッサージ

12:10

帰り

午後の部

13:45

送迎 わたらせリハ到着

バイタル測定

14:15  
ラジオ体操  
第一

15:15  
ラジオ体操  
第二

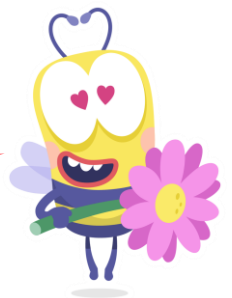
自主練習

個別  
リハビリ  
&  
マッサージ

16:55

帰り

午前の部と午後の部  
好きな方を選んでね！



# 施設案内

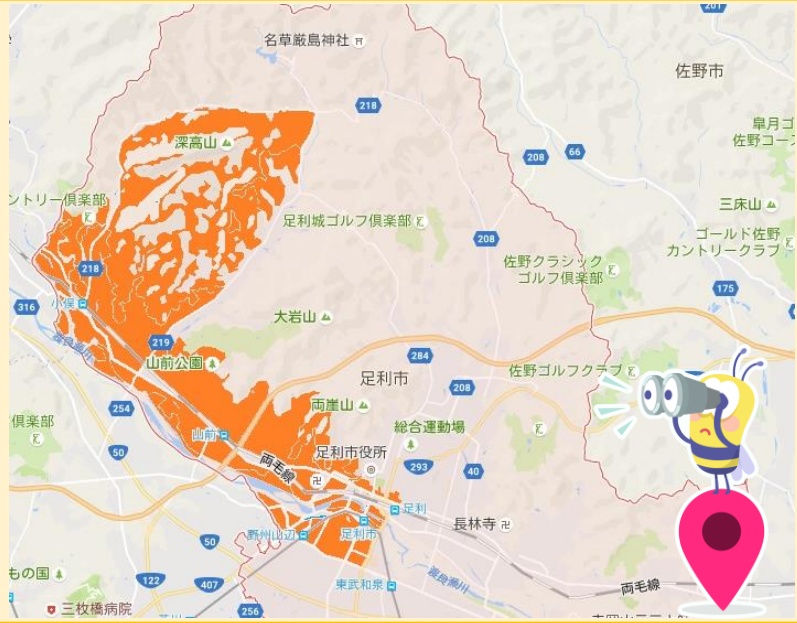


## 送迎可能エリア

オレンジ色に塗ってある部分が送迎可能エリアとなります。エリア外に関しては一度ご相談ください。

※エリア内でも送迎の組み合わせによりご希望に添えない可能性もありますのでご了承ください。

自走での通所の場合、エリアは関係なく通えます。



## 〈ご利用料金の目安〉

要介護 1	: 415円/回
要介護 2	: 476円/回
要介護 3	: 538円/回
要介護 4	: 598円/回
要介護 5	: 661円/回

### 〈加算項目〉

個別機能訓練加算Ⅰ	: 85円/回
個別機能訓練加算Ⅱ	: 20円/月
科学的介護推進体制加算	: 40円/月
サービス提供体制強化加算Ⅱ	: 18円/回
介護職員処遇改善加算Ⅰ	
介護職員等特定処遇改善加算Ⅰ	
介護職員等ベースアップ等支援加算	

事業対象者	: 1,672円/月
要支援 1	: 1,672円/月
要支援 2	: 3,428円/月

### 〈加算項目〉

運動器機能向上加算	: 225円/月
科学的介護推進体制加算	: 40円/月
サービス提供体制加算Ⅱ	
72円/月(要支援1・事業対象者)	
144円/月(要支援2)	
介護職員処遇改善加算Ⅰ	
介護職員等特定処遇改善加算Ⅰ	
介護職員等ベースアップ等支援加算	

## 〈 営業時間 〉

月曜日から土曜日 休館日：日

**祝日も営業しております**

午前の部 9:00~12:10

午後の部 13:45~16:55

## わたらせりハデイサービス

〒326-0141

栃木県足利市小俣町1113-1

TEL: 0284-64-7325

FAX: 0284-64-7326

MAIL: wataraseriha.day@gmail.com



こちらのQRコード  
からホームページ  
が見れます！

