



# 仙台市台原デイサービスセンターは、

緑豊かな台原森林公園に隣接したデイサービスです。

四季の移り変わりを肌で感じながら、私たちと一緒に一日を過ごしてみませんか？！ **理学療法士が、お一人おひとりの体の状態にあった「プログラム」を考え、皆さま方が、どこかに出掛けたいくなるような**

## 機能訓練(パワーリハビリ)で使用するマシンの一例



## 台原デイサービスセンターの一日

午前	午後
送迎車でご到着	お食事前のお口の体操
↓	↓
看護師の健康チェックとお茶で一服	みんなで楽しくお昼ご飯
↓	↓
朝のご挨拶	<b>お風呂</b> で疲れを癒します (創作活動、お出掛け行事もあります)
↓	↓
準備体操の後、 <b>機能訓練</b>	おやつ・レクリエーション
↓	↓
水分補給	送迎車でご帰宅



## 機能訓練(パワーリハビリ)についてのご説明

「トレーニングジムみたいな機械、私にはとても操作できないわ！」  
「足腰が弱って、そんな大変な運動はちょっとできないよ・・・」  
～大丈夫です！理学療法士が、**医学的視点から無理のない運動メニューをご提案**します。**転びにくい身体づくり**に取組み、ご自宅での生活が、快適に、長く続けられるように、頑張りましょう～

## 曜日ごとの特徴は？

(令和元年6月現在)

月	火	水	木	金	土
4月より再開！人数が少な目のので、初めての方にもお勧めです。	元気で、賑やかな雰囲気です。明るく楽しい一日が過ごせます。	体力づくりに一生懸命な方の多い日です。運動後のご飯は格別！	男性利用者様が多い日です。「男子会」はいかがでしょう。	お話好きの方にお勧めです。皆さん笑顔で楽しく過ごしています。	穏やかな雰囲気です。ゆっくり時間を過ごしたい方にお勧めです。

## 送迎エリアについて



【青葉区】

台原、旭ヶ丘、北根、北根黒松、小松島、高松、中江、梅田町、福沢町、宮町、小田原（4～8丁目）、錦町、東照宮、堤町、上杉

【泉区】

南光台（1～4丁目）、南光台南（1～3丁目）、旭ヶ丘堤（一部）

※上記以外につきましては、ご相談ください。

## 営業日、利用料金等について

- ▶ 営業日：月曜日～土曜日（祝日も営業）、午前9時～午後4時30分  
※休業日は日曜日、12/29～1/3
- ▶ 利用料金：介護度の認定等により異なりますので、個別にご説明します。
- ▶ 食事代：590円（おやつ・飲み物含）
- ▶ その他：行事実費、紙パンツ代等

## 所在地、連絡先について

〒981-0903 青葉区台原森林公園 1-3  
電話：233-3901 Fax：233-4248  
(老人福祉センター、地域包括支援センター等併設)

