

リハビリ型デイサービス



# ヒラックス 守山

## 私たちの想い

私たちは、リハビリを通じて様々な傷病の予防はもちろん、既にある疾患に対しては「現状維持」ではなく、「改善」という結果をしっかりと出せるような施設でありたいと考えています。

## ヒラックスの由来

ヒーリング=癒し、リラックス=心身ともにリラックス  
このふたつの言葉が組み合わさった造語です。

ご利用者様のお体を癒し、様々な傷病の予防・改善ができる  
憩いの場のような施設にしていきたいという想いが込められています。



# 革新的な取組みで健康寿命に挑戦！

## ～ヒラックスグループ～



# ヒラックス守山のこだわり

## 私たちが一番重要視しているのが、「歩行能力」の向上です！

シニア世代の方において、歩行能力はQOL(生活の質)に大きく関わってきます。歩行能力が低下すると、外出機会が減ったり、転倒して入院してしまったりと不活発になることにより、心身機能がどんどん衰え、QOLが低下してしまうという悪循環に陥ってしまいます。そのようなことを予防、改善することが最重要課題と考え、下記の3つの取り組みに力を入れています。

### ボディケア

特にシニア世代の方は、身体のケアをしないと硬くなってしまい、関節可動域が狭くなります。そのため、転倒しやすくなったり、痛みなどから歩行困難になってしまふことがあります。それを予防、改善するためにひとつひとつの筋肉をもみほぐし、動きやすくしたり、痛みの緩和を図ります。

### 自宅での意識改善

ヒラックスにてケアやトレーニングをいくら行なっても、日常生活で何も意識できてないと、すぐに元の状態に戻ったりと「改善」が難しいのが事実です。そのため、ご自宅でできる運動方法や意識していただきたいこと(姿勢や食事)をアドバイスさせていただきます。

### 下肢筋力増強

下肢の筋肉が弱くなることで、歩行が不安定になったり、全身の血行が悪くなったりします。また、ふくらはぎは第二の心臓と言われており、鍛えることによって心臓や内臓の機能の向上も見込めます。ヒラックスでは、椅子に座りながらのトレーニングやマシンを使用し、下肢筋力の増強を図ります。

## コースをお選びください！

### 要介護の方

### 要支援(事業対象者)の方

- ・じっくりゆっくりリハビリしたい方
- ・歩行が不安定な方
- ・どこかに痛みがある方

- ・短時間集中型でリハビリしたい方
- ・転倒予防をしたい方
- ・身体機能の衰えが軽度の方

午前の部

午前の部

午後の部

## 共通メニュー

コグニサイズ

脳トレ

おやつ・お茶



## 各コースの紹介

### 午前の部

9:00～12:00  
(3時間)

**対象:要介護、要支援、事業対象**



#### ボディケア

「抵抗運動」を行うことで、  
歩行能力の向上を図ります。



#### 歩行訓練

施設内で歩行訓練を行い、  
歩行時の姿勢指導等を行います。



#### バランス機能向上 トレーニング

バランスボール等を使用し、  
転倒しない身体作りを行います。



#### スタティック ストレッチ

時間をかけてストレッチを行い、  
可動域の向上を図ります。

### 午後の部

14:00～16:30  
(2時間30分)

**対象:要支援、事業対象者**



#### ボディケア

痛みの緩和や可動域改善を行い、  
歩行能力の向上を図ります。



#### 心配機能向上 トレーニング

トレーニングマシンを使用して、  
心肺機能の向上を図ります。



#### 体幹トレーニング

ヨガマットを使用して、  
体幹の筋肉を鍛えます。



#### ダイナミック ストレッチ

歩行がスムーズになるよう、  
歩行しながら関節を動かします。

# スタッフ紹介

## 管理者



増田 裕一

健康寿命100年の社会を実現するため  
業界未経験ですが、精一杯がんばりますので  
宜しくお願いいたします！

趣味は、ワンちゃん(マルプー)と散歩です☆

## 機能訓練指導員



有福 仁美  
(柔道整復師)

ボディケアや、機能訓練を通じて、  
ご利用様の豊かな暮らしに  
貢献していきます！

## 介護職員



山崎 翔馬  
(柔道整復師)

生活相談員、機能訓練指導員と各方面で  
ご利用様のお力になれたらと思います。  
困ったこと、悩み等があればいつでもお声掛けください！

## その他

機能訓練指導員1名  
介護職員2名

ヒラックス紹介動画

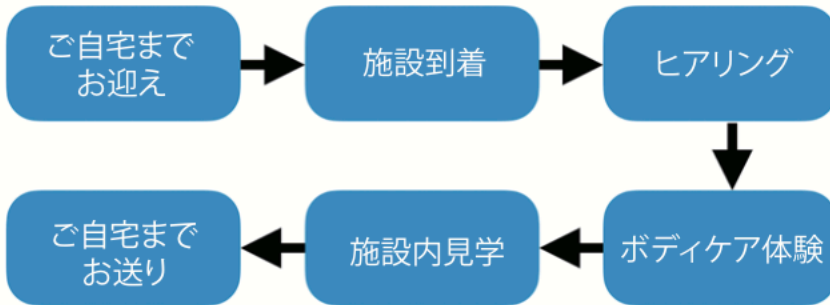


リアルタイム定員状況



## 無料体験実施中！！

### 無料体験の流れ



ヒアリング結果を元に、  
その方の状態に合わせた  
「健康ガイドブックレポート」を  
作成し、プレゼントしています！

## よくあるご質問

Q、送迎範囲はどこまでですか？

A、名古屋市守山区、名古屋市名東区、尾張旭市、長久手市、瀬戸市

※詳細は別紙参照、もしくはお問い合わせください。

Q、介護度はどれくらいの方が対象ですか？

A、主に要支援1～要介護2の方になります。

ただし、要介護3以上でも状態によってはご利用いただけます。

Q、施設内で車椅子の利用はできますか？

A、ご利用いただけません。施設の広さ、職員数、安全面を考慮し、お断りさせていただいております。

歩行器などの使用は可能となっております。

## 施設情報

事業所名：ヒラックス守山

所在地：〒463-0033

愛知県名古屋市守山区森孝東  
一丁目303番地 1階

事業者番号：2391300486(地域密着型)  
23A1301242(第1号通所事業)

TEL：052-777-3518

FAX：052-777-3519

営業時間：8時30分～17時30分

営業日：月曜～金曜(祝日除く)

提供時間：1単位目 9:00～12:00

2単位目 14:00～16:30

☆要介護の方

種別：地域密着型通所介護

個別機能訓練加算Ⅰ(口)、個別機能訓練加算Ⅱ、

☆要支援の方

種別：通所型独自サービス

運動器機能向上加算

処遇改善加算は下記の通りです。

介護職員処遇改善加算Ⅰ

介護職員特定処遇改善加算Ⅱ

ベースアップ等支援加算