

機能訓練特化 リハビリ型デイサービス

ミック健康の森

「いつまでも自分でできる」を
お手伝い

介護相談
無料

無料体験
実施中

半日型デイサービス

自立支援

ミック健康の森

5つのポイント

- ご利用者様と**目標を探します**
- 少人数制で**1人1人に寄り添ったプログラム**
- **本格的なマシン**を取り入れたトレーニング
- 目標に向けて取り組める**充実した運動時間**
- 笑顔になるプログラムで**活力の向上**

機能訓練

コミュニティ

サポート体制

“元気でいたい”
“いつまでも自分でできる”
を応援します





5つのポイント



ポイント

1

ご利用者様と一緒に目標を探します

昔好きだった事や活動を、年齢や病気で気付かないうちに諦めていることがないか、思い出していませんか？ミック健康の森では、まず初めにご利用者様と一緒に、目標を探すことからスタートします。



ポイント

2

少人数制で1人1人に寄り添ったプログラム

ご利用者さまの目標に向けて、柔道整復師やあん摩マッサージ指圧師を中心としたスタッフが1人1人に寄り添った丁寧で手厚いサポートを実施します。

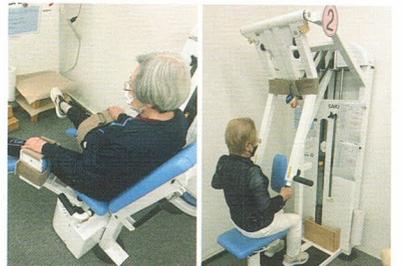


ポイント

3

本格的なマシンを取り入れたトレーニング

初めてでも扱いやすく、効果の出やすいトレーニングマシンを取り入れており、効率的に運動をおこなうことができます。もちろんスタッフがしっかり補助いたします。



ポイント

4

目標に向けて取り組める充実した運動時間

しっかりと設けられた運動時間で、目標に向けて取り組みます。運動の内容はお1人ずつの身体に合わせて調整されているので、皆さん安心して取り組んでいただけます。



ポイント

5

笑顔になるプログラムで活力の向上

少人数制なのでコミュニケーションの取りやすい環境です。カフェスペースでは、ご利用者様同士のコミュニケーションや、スタッフも交えて、これからの目標や夢などのお話をして活力の向上がはかれます。



ミック健康の森と一緒に健康的な時間を過ごしませんか？

1日の流れ

午前・午後の2部制からお選びいただけます。



水分を取りながらバイタルチェック。

9:15 お迎え

(13:30)

スタッフが専用の送迎車で、ご自宅までお迎えに伺います。車椅子のままご乗車できる福祉車両もごございます。

9:25 健康チェック

(13:40)

血圧、脈拍、体温を計測し体調に合わせた運動を提供します。



皆さんで準備体操を行います
体操内容はその月によって変わります。

9:40 準備体操／ストレッチ

(13:55)

座位で行うので、どなたでも楽に行えるプログラムです。



休憩をはさみながらマシントレーニングを開始。

10:10 マシントレーニング

(14:25)

6種類のトレーニングマシンを使い、眠っている筋肉を呼び覚まします。

11:15 自主トレーニング

(15:30)

生活の場面に対応した動作の改善を目的とします。

その方の症状に合わせて個別運動を行います。

11:30 整理体操

(15:45)

身体を徐々に安静時の状態に戻していくために行います。

他のご利用者様と会話を楽しみながら好きな飲み物を飲んでいただけます。

11:45 カフェタイム

(16:00)

運動の後は、ご利用者様同士やスタッフも交えて楽しくお話ししながらティータイムを楽しみます。



12:15 お送り

(16:30)

スタッフがご自宅までお送りします。

※時間はあくまで一例です。施設の営業時間により前後する場合がございます。プログラムの時間は施設毎に異なる場合がございます。

[ご利用者さまの声]

体験の際、「介護される」という受け身ではなく、いきいきと自主的に運動されている他の利用者さんの様子を見て安心し、頑張ってみたくと思いました。

こういったサービスを初めて利用しましたが、「身体を動かす、運動する」という明確な目的を持ちやすかったです。短時間である事も利用しやすく気に入っています。

高齢者施設というイメージがあまりなく、抵抗感なく利用できました!少人数制なので、丁寧に対応してくれるのが嬉しい。

1日型は長すぎると思っていたので、利用しやすいです!



ミック健康の森とは

ミック健康の森は機能訓練に特化した、
半日型少人数制リハビリデイサービスです。

機能訓練

日常生活の動作や活動の改善・維持を目的とした訓練です。ミック健康の森では基本の運動にプラスし、目標に合わせた運動を機能訓練士・看護師や管理者とともにオリジナルで作成します。

半日型

1日3時間だけの利用しやすい時間でサポートします。お迎えから、施設の中での運動・送迎までを3時間でまとめていますので、普段の生活に組み込みやすい形で機能訓練を実施しています。

少人数

最大18人の少人数制なので、ご利用者様1人1人にあった目標設定と、柔道整復師や、あん摩マッサージ指圧師を中心とした充実したスタッフが機能訓練をおこないます。

安全で笑顔になるプログラムをご用意しております。

安心して、楽しく運動とリハビリを続けて、

外出が億劫になられた方も、笑顔になっていただくことが私たちの目標です。

施設一覧

東北エリア 3施設

- 北四番丁 宮城県 仙台市青葉区柏木1-1-12サンシティ北四番丁1F ☎022-342-0990
- 塩釜 宮城県 塩竈市袖野田町3-6 ☎022-253-7270
- 福島駅前 福島県 福島市陣場町6-14 陣場河内ビル1F ☎024-573-4450

関東エリア 12施設

- 国立 東京都 国立市中1-7-27 ☎042-505-9497
- 南大沢 東京都 八王子市下柚木3-6 ☎042-682-2418
- 西武立川 東京都 立川市一番町6-1-5 ☎042-569-6491
- 打越町 東京都 八王子市打越町347-2 ☎042-649-1093
- 川口 埼玉県 川口市川口5-15-28 ☎048-430-7882
- 川越 埼玉県 川越市松江寺2-2-2 ☎049-227-3482
- 米本 千葉県 八千代市米本1359 UR5-28号棟 ☎047-411-6990
- ゆりのき台 千葉県 八千代市ゆりのき台7-27-11 ☎047-489-5800
- 鷺沼 千葉県 習志野市鷺沼2-5-25 ☎047-411-6508
- 大日 千葉県 四街道市大日459-13 ヴェルキューレ大日101 ☎043-312-4191
- 園生町 千葉県 千葉市稲毛区園生町126 ☎043-306-8744
- 上志津 千葉県 佐倉市上志津1656-9 ☎043-308-3195

関西エリア 7施設

- 門真 大阪府 門真市一番町24-11 ☎06-4304-4114
- 摂津 大阪府 摂津市香露園28-23 ☎072-648-5450
- 柏原 大阪府 柏原市太平寺1-3-8 ☎072-943-0184
- 瓢箪山 大阪府 東大阪市下六万寺町3-5-22 ☎072-920-7400
- 泉佐野 大阪府 泉佐野市市場西3-10-7 ☎072-447-6401
- 松原 大阪府 松原市天美我堂1-10-1 アルファワン1F ☎072-349-4061
- 六甲 兵庫県 神戸市灘区楠丘町5-6-12 ☎078-200-6702

中国エリア 1施設

- 神辺 (FC) 広島県 福山市神辺町湯野376番地1-3 ☎084-967-5160

九州エリア 13施設

- 三萩野 福岡県 北九州市小倉北区熊本1-12-25 ☎093-383-7550
- 守恒 福岡県 北九州市小倉南区徳力新町1-8-27 ☎093-967-0440
- 竹下 福岡県 福岡市博多区竹下5-8-2 ☎092-260-8605
- 筑後山ノ井 福岡県 筑後市山ノ井306-1 ☎0942-27-8466
- 下曾根 福岡県 北九州市小倉南区田原新町2-10-15 ☎093-383-8227
- 中間 福岡県 中間市岩瀬西町63-5 ☎093-701-5095
- 日出町 福岡県 大牟田市日出町2-2-19 ☎0944-85-8070
- 瀬高 福岡県 みやま市瀬高町下庄697-1 ☎0944-85-9211
- 貝塚 福岡県 福岡市東区菅松4-8-67 ☎092-260-7614
- 門司駅前 福岡県 北九州市門司区高田1-3-20 ☎093-342-7745
- みやき 佐賀県 三養基郡みやき町白壁a690-2 ☎0942-89-5711
- 下曾根 福岡県 北九州市小倉南区田原新町2-10-15 ☎093-383-8227
ケアプラザセンター
- 宮崎 (FC) 宮崎県 宮崎市清武町加納甲1357-5 ☎0985-86-8550

ケアタクシー 2営業所 ※営業区域については、お気軽にお問い合わせください。

- 大阪 大阪府 門真市一番町24-11 ☎080-9159-8584
営業区域 (門真市、摂津市、茨木市、吹田市、守口市、寝屋川市)
- 福岡 福岡県 福岡市東区菅松4-8-67 ☎080-4445-8391
営業区域 (福岡市全域)

各店の様子は公式SNSでチェック
(https://x.com/Mikjapan_kenko)

