

3時間のリハビリ特化型デイサービス

リハビリデイサロン 「海」 MIHARU



見学（送迎あり）随時受付中♪

自立した生活に戻りたい / 自立した生活を続けたい



Life with Rehabilitation

リハビリデイサロン「海」MIHARU

〒238-0014

神奈川県横須賀市三春町 1-17-1

Tel: **046-845-6111** Fax: 046-845-6661

事業所番号：1471905735



発行日：令和6年5月



01 POINT 「海」MIHARUについて

リハビリデイサロン「海」MIHARUは、介護保険制度において要介護、総合事業（介護予防・生活支援サービス事業）で要支援・事業対象者と認定された方のための短時間型通所介護施設（デイサービス）です。

当施設では、広々とした空間の中で歩行や筋力トレーニングだけでなく、専門的な訓練をご用意し、通われる利用者様が自立した生活（卒業）に戻れるよう、今の状態が維持できるようサービスを提供致します。

02 POINT 営業日・営業時間

営業日：月曜日～土曜日

定休日：日曜日・祝祭日・8/13～8/16・12/30～1/4

営業時間：09:00～17:00



03 POINT サービス提供時間

午前の部

09:00 サービス開始

施設到着後に体温・血圧・脈拍を測定します。状態により訓練を中止する場合があります。

09:15 1時間目の訓練スタート

10:00 フロア移動開始

10:10 2時間目の訓練スタート

10:55 フロア移動開始

11:05 3時間目の訓練スタート

通所介護計画及び機能訓練計画に基づき個別に訓練を実施致します。

12:00 サービス終了

午後の部

13:45 サービス開始

施設到着後に体温・血圧・脈拍を測定します。状態により訓練を中止する場合があります。

14:00 1時間目の訓練スタート

14:45 フロア移動開始

14:55 2時間目の訓練スタート

15:40 フロア移動開始

15:50 3時間目の訓練スタート

通所介護計画及び機能訓練計画に基づき個別に訓練を実施致します。

16:45 サービス終了

04 POINT 利用定員（二部制）

午前の部：69名

午後の部：69名

※土曜日は令和4年4月開設のため随時増員中

3F 理学療法士が常駐する専門フロア。

2F 1時間ごとに階を移動していただきます。

1F 到着後は1Fでバイタル測定をします。

05 POINT 送迎範囲

- ・横須賀市の一部地域 ※西部地域は一部送迎範囲外となっております。
- ・三浦郡葉山町の一部地域 ※柔軟に対応致しますのでまずはご相談下さい。

06 POINT MIHARU独自のサービス

- ・自主性を尊重し自立(卒業)を目指したデイサービス
- ・経験豊富な理学療法士(PT)が各フロアに常駐
- ・フロアごとに特色の異なる活気のあるデイサービス
- ・オリジナルのリズム体操で音楽に合わせて楽しく運動が出来るデイサービス
- ・コミュニケーションを重視し利用者様と職員との距離が近い
- ・運動器具や健康器具が充実した高齢者のフィットネスジムのような雰囲気
- ・近隣の店舗まで歩いて買い物に行き訓練が出来るデイサービス
- ・施設に移動スーパー・ヤクルトレディ・お弁当屋さんが来所
- ・リハビリ(訓練)メニューは選択制で利用者様に合わせたプログラムを提供
- ・定期的に様々なイベントを開催し利用者様に運動以外の楽しみを提供
- ・YouTubeチャンネルを開設しており映像で施設を紹介中
- ・SNS(Instagram&Facebook)による施設案内も定期的に更新中

07 POINT 利用料金について

【大規模Ⅱ通所介護】ご利用1回分(3時間以上4時間未満)の費用

要介護1～5の方	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5
介護保険1割負担分	364円	417円	470円	522円	579円
介護保険2割負担分	728円	833円	940円	1,044円	1,158円
介護保険3割負担分	1,091円	1,249円	1,410円	1,566円	1,736円

各種加算・減算につきましては、生活相談員より詳しく説明させていただきます。利用者様のご希望で送迎を行わない場合は、片道48円を利用料金から減額いたします。

【介護予防現行相当通所サービス】ご利用1回分(3時間)の費用

要支援1～2・事業対象者の方	事業対象者・要支援1	事業対象者・要支援2
1割負担分	460円	472円
2割負担分	919円	943円
3割負担分	1,379円	1,414円

各種加算・減算につきましては、生活相談員より詳しく説明させていただきます。利用回数の目安：要支援1は週1回程度・要支援2は週2回程度

1Fフロア リラクゼーションと参加・活動

1Fはリラクゼーションフロアとなっております。
 痛みの緩和やマッサージ機器を複数用意しておりますので、ご自身でお好みの機器を選択して下さい。美味しいコーヒーのご用意や手作業のプログラムもご用意しております。



1Fフロア



おもてなしあしゆ



滑車運動



ホットパック (温熱療法)



ホットパック (温熱療法)



メドマー



マッサージ

~1Fではこんなことができます~



- ・疼痛緩和
- ・筋緊張の緩和
- ・体力の維持・向上
- ・認知機能維持
- ・血流促進



マッサージ



ドリンクコーナー

2Fフロア 有酸素運動と立位体操

2Fフロアでは、有酸素マシン・ウォーターベッドまたはシンクロウェイブ・立位体操に参加していただきます。

2Fにいる45分間は体力作りに励みましょう！



シンクロウェイブ



ウォーターベッド



自転車(エルゴ)



ヨガバイク



自転車(エルゴ)

～2Fではこんなことができます～



POINT!

- ・筋力の維持・向上
- ・転倒予防体操
- ・体力向上
- ・柔軟性の改善
- ・体力の維持・向上
- ・筋緊張の緩和
- ・疼痛の緩和



トレッドミル



マッサージ

3Fフロア より快適に長く在宅生活を続けて頂くために

3Fフロアは、セラピストが複数人常駐しております。その方に合ったメニューを提供し、在宅生活をセルフプロデュースするお手伝いをします。
また、専門員によるパワープレートトレーニングによる全身運動を行っています。



3Fフロア



専門員によるパワープレート訓練



専門員によるパワープレート訓練



階段昇降



平行棒&スラローム歩行



POINT! **～3Fではこんなことができます～**

理学療法士常駐
パワープレート専門員常駐

- 筋力の維持・向上
- 体力の維持・向上
- 柔軟性の維持・向上
- 疼痛緩和
- 認知機能維持
- 歩行&階段訓練



サーキットトレーニング

サーキットトレーニング

サーキットトレーニング

サーキットトレーニング

サーキットトレーニング

サーキットトレーニング

08 POINT スタンプカード

リハビリデイサロン「海」MIHARUでは、ご利用毎に1つスタンプを押し特別メニューを体験できるシステムがあります。各種メニューやご利用方法については、各フロアに掲示してあるのでチェックして是非ご利用下さい。

10 POINT 各種イベントや取り組み

リハビリデイサロン「海」MIHARUでは、通常の訓練メニューだけではなく「利用者様に喜んでいただく」というコンセプトのもと各種イベントを用意しております。日常生活動作訓練や社会参加に繋がるよう毎月開催しております。ご興味のあるイベントがありましたら近くの職員まで気兼ねなくお声がけ下さい。

女性限定イベント
おしゃれウィッグ Salon WIG
5/24 (水)
MIHARU 初開催 ナチュラルメイク付き
試着撮影会

リハビリデイサロン「海」で綺麗になりませんか?
令和5年5月24日(水)「海」MIHARU2F 特設会場
半世紀以上にわたりヘアのプロである全国の美容室と共に歩んできた美容室専売ブランド「レオンカ」のおしゃれウィッグを試着し、ヘアメイクさんに綺麗にお化粧してもらって記念写真を撮りませんか?

日時: 令和5年5月24日(水)
会場: 海 MIHARU 2F 特設会場
定員: 各5名
参加費: 無料(ヘアセット15分(セット・メイク))
対象: 「海」MIHARU 2F 特設会場
主催: 大人気! 和・和・和
共催: ZAPPAI

ヘアセット ナチュラルメイク 写真撮影 福利利用 大歓迎 10%OFF 8名様限定

夏のリースづくり
リハビリデイサロン「海」MIHARU
日時: 令和5年7月11日(火) AM・PM
場所: 「海」三春町 2Fフロア
定員: 各7名様(要予約)
費用: 300円(銀行振替)
円形の発泡スチロールには紙を刺していくだけの簡単な作業です。麻痺があっても製作可能です。夏にご参加ください。

リハビリデイサロン「海」MIHARU
夏 <買い物訓練月間> 振替OK
に向けて衣類を揃えよう!!
ANNAGIYA 柳屋
あなたの身近な衣料品店

横須賀市を中心に学生服や衣料品を安価で販売している「柳屋」さんで買い物訓練をしましょう! Let's 買い物訓練!

6/5月	6/13(火)	6/16(金)	6/21(水)	6/29(木)
14:30 出発	14:30 出発	14:30 出発	14:30 出発	14:30 出発

開催日時: 上記確認下さい。
場所: 柳屋 三春町店
参加対象: 「海」MIHARU 利用者様
参加費用: 50ポイントとお買い物分の現金
定員: 各10名
訓練内容: 柳屋まで車で行き職員見守りのもと実際に商品選びから試着からお会計までご自身で行っていただきます。

09 POINT 「海」SNS



ご検討中の皆様へ

この度、パンフレットを手にとって頂き誠にありがとうございます。当施設は、3階建てのデイサービスです。常勤の理学療法士と非常勤の作業療法士を配置をし、各階のコンセプトに沿ったサービスを提供しているリハビリ特化型デイサービスです。アットホームな雰囲気の中、明るく元気なスタッフと共に前向きに運動をしていきましょう! リハビリデイサロン「海」MIHARU 管理者 高橋 義孝

デイサービス利用中に綺麗にお化粧して素敵な写真を撮りませんか?
お化粧品 & 撮影会
いつもと違った自分に出会ってみませんか?
開催日時: 11月17日(金)午後
開催場所: 海 MIHARU 2Fフロア
対象者: 定員: 6名様
参加費用: 無料(ポイント不要)
参加方法: 各フロアの「流し」で予約受付中

看護師による健康相談週間
ご相談下さい♪
高根沢看護師が皆様の不安にお答えします。
開催日時: 3/13(月)~3/17(金) AM/PM
開催場所: リハビリデイサロン「海」MIHARU2F
参加費用: 無料

すかごそ 買い物訓練
買い物動作で自然にリハビリませんか?
12/1AM(金) 12/4PM(月)
開催日時: 令和5年12月1日(金) 午前
令和5年12月4日(月) 午後
開催場所: 大田区産業プラザ「すかごそ」
定員: 各店舗7名様(予約制)
参加費用: 無料(50P必要)
持ち物: 現金

YOKOSUKA 軍港めぐり
MIHARU利用者様限定
45分間の船旅へ
日時: 令和5年4月20日(木) 午後
※15時乗車予定
定員: 10名(※リハビリデイサロン「海」MIHARU 利用者様限定)
費用: 乗船料金として1,800円+50ポイント
※横須賀市民の方は身分証明提示で半額です!
応募も切: 3/30(木)

金融機関取引訓練 & 歩行訓練 WEEK
10/16(月)~10/20(金)
リハビリデイサロン「海」
銀行へ歩いて行き取引のお手伝いをします。
開催日時: 9:15~10:00
開催場所: 横浜銀行北久里浜支店、湘南信用金庫北久里浜支店

～振替利用はNG～
20ポイントと交換
お化粧品と撮影会
開催日時: 令和5年3月20日(月)PM
開催場所: 「海」MIHARU 2Fフロア
費用: 無料 ※20ポイントと交換
定員: 6名様