

店舗案内(横浜市)

上大岡店 ☎:045-882-0167

住所：横浜市港南区笹下1-3-25
営業日：月曜日～金曜日
定休日：土曜日・日曜日・祝日・年末年始
送迎地域：港南区・磯子区・金沢区・南区
事業所番号：1473102059
サービス提供時間
午前 9:30～12:45 午後 13:45～17:00

金沢文庫店 ☎:045-790-1677

住所：横浜市金沢区泥亀2-5-1
営業日：月曜日・水曜日～土曜日
定休日：火曜日・日曜日・祝日・年末年始
送迎地域：金沢区・栄区・磯子区
事業所番号：1470802131
サービス提供時間
午前 9:15～12:20 午後13:40～16:45

港南日野店 ☎:045-842-5201

住所：横浜市港南区日野南5-9-20
営業日：月曜日～金曜日
定休日：土曜日・日曜日・祝日・年末年始
送迎地域：港南区・栄区・磯子区・戸塚区
事業所番号：1473102000
サービス提供時間
午前 9:30～12:45 午後13:45～17:00

店舗案内(横須賀市)

池上店 ☎:046-851-0135

住所：横須賀市池上2-10-15
営業日：火曜日～土曜日
定休日：日曜日・月曜日・祝日・年末年始
送迎地域：横須賀市内
三浦郡葉山町一部地域
事業所番号：1471904191
サービス提供時間
午前 9:00～12:15 午後13:30～16:45

追浜店 ☎:046-854-8081

住所：横須賀市追浜本町2-1-123
営業日：月曜日～金曜日
定休日：土曜日・日曜日・祝日・年末年始
送迎地域：追浜・田浦・逗子市沼間
逸見各行政センター所管管内
横浜市金沢区
事業所番号：1471904928
サービス提供時間
午前 9:45～13:15 午後14:15～17:30

デイサービスと併用できます!!!

訪問マッサージ あたた治療院
【健康保険適用・要医師の同意書】

国家資格を所持するマッサージ師が、ご自宅へ伺いマッサージ施術を致します。
医療保険となりますので、介護保険の単位数等は気にせずご利用いただけます。



機能回復訓練強化型 マッスルデイサービス

神奈川県横浜市・横須賀市に展開する「機能回復訓練強化型」のデイサービスです。

私達は、長年お身体に様々な制限や不自由のある方々のマッサージを通して、

「寝たきりにならない為にはどうすれば良いか？」

「いつまでもご自身の力でイキイキとした生活を送っていただく為にはどうしたら良いか？」

という想いから、運動メニューを中心としたデイサービスを開業致しました。

日常生活をより快適に過ごせる様、スタッフ全員で心を込めてお手伝いさせていただきます。

**自分の力で動ける
身体を目指して!!!**

～マッスルデイサービスは どんなところ?～

- ・定員10名までの少人数制で、ご利用者様とスタッフがしっかりとコミュニケーションをとることができ、また目の行き届きやすい環境となっております。
- ・午前・午後の2部制で、送迎時には小型車を使用。少人数での送迎となるため、中・大型車に比べ送迎時間が短縮でき、ご利用者様のお身体の負担が軽減できる様、努力しております。
- ・運動メニューは機能訓練指導員がお一人お一人のお身体の状態に合わせてプログラムを提供。動作の改善、筋力の保持・強化やリラクゼーションを行います。
- ・国家資格保持者(主に鍼灸師・マッサージ師・理学療法士・柔道整復師)によるベッド上でのストレッチやリラクゼーションも人気です。
- ・定期的に症例検討会を行い、ご利用者様のお身体の更なる改善やスタッフの技術力など、日々向上を目指しております。



～1日の流れ～

※時間はおおよその目安

8:00 送迎開始! ご自宅へお迎え



9:00 到着 & 血圧測定・検温



9:30 体操・機能回復訓練

個別メニューで
楽しく運動!!

合間にお飲み物で
ホット一息...

10:30 血行促進・リラクゼーション
動作改善・その他メニュー



12:16 送迎開始! ご自宅へ出発

- ※上大岡店・金沢文庫店・港南日野店・池上店は、食事の提供はございません。
- ※追浜店は、午前の部のみ食事の提供を致します。(食事提供の目安時間は12:00～12:45です。)
- ※全店舗、入浴の提供はございません。

見学・体験など、お気軽に
お問い合わせください♪

～メニュー紹介～



到着したら、その日の体調を
チェック!!!
そして、まずは準備運動から...

生活動作訓練
レクリエーションなど

ボールを使用した下半身
強化の運動や、歩行器等を
使用し日常生活を想定した
動作の訓練を行います。



機能回復訓練

マシン・おもり・ゴムバンドを使い、
筋力の維持・向上に効果のある
運動を行います。



リラクゼーション

身体をほぐし、血行促進や機能
回復効果を高めます。

