

社会福祉法人 サンフレンズ

上井草ふれあいの家

(通所介護・介護予防通所介護)

上井草ふれあいの家の特徴

《高齢になっても、介護が必要になっても、一人ひとりがその人らしく・・・》(自由と自立支援)
が私たちの目標です。

地域の方や多くのボランティアさんに支えられ、
「ふれあい」「笑顔」「歌」「元気」があふれるデイサービスです。



～ようこそ 上井草ふれあいの家へ～



～「一人ひとりのひまわり」の日～

事業日および事業時間

事業日および事業時間	月曜日～日曜日 午前 8 時 15 分～午後 6 時 30 分
年末・年始休業日	12 月 30 日～翌年 1 月 3 日
サービス提供時間	午前 9 時～18 時の間で滞在時間は 7 時間 15 分

送迎

＜送迎範囲＞上井草 1～4 丁目、今川 1～4 丁目、桃井 1～4 丁目
善福寺 1～4 丁目、井草 4、5 丁目

- ※ 車椅子の方でも安心して乗車していただけるよう、運転手と添乗員の 2 名で送り迎えをいたします。
- ※ 送迎時間は、ルートによって異なりますので、ご了承ください。
- ※ その他地域で希望の方は一度ご相談ください。

入浴

個々の身体状況に合わせ、①一般浴②リフト浴③機械浴と 3 種類のお風呂があります。※ 空き状況がありますので、ご相談ください。



▲ 介助浴槽

自宅の浴槽に近いデザインで、手すりや介助用のイスがあります。介助職員見守りのもと、安全な入浴のお手伝いをします。
3 個の浴槽があり、数人で入浴されるため銭湯気分が多くの方に喜ばれております。 ※大きめ浴槽もあります。

▲ リフト浴槽

浴槽をまたぐことが困難な方（座位が保てることと条件）に対応した、“リフト浴”です。
操作時は職員 2 名体制で安全確認をしながら使用しています。ご自宅では浴槽に入れない方でも、当施設ではゆっくりと温まっていただける設備が整っています。

▲ 機械浴槽

寝たきりの方でも浴槽に入ることが出来る“機械浴”です。浴槽台に横になり、そのままの姿勢で入浴が可能です。パブル機能も備えており、「気持ちがいい」とのご意見を多くいただいています。設備の充実が当施設の誇る部分です。

個別機能訓練

日常生活を維持するために必要な体力（バランス能力、持久力、柔軟性など）を維持するために、集団体操をはじめ、個別の機能訓練計画に沿って、身体機能の維持や回復に努めます。



理学療法士
作業療法士
柔道整復師
看護師
が個別機能訓練を行います



上井草ふれあいの家の1日

時間	内容	
9:00	バス到着 健康チェック 入浴	・おおむね、1 便は、9:00 頃 2 便は、10:00 頃 施設に到着します。 ・血圧測定、検温等を行います。 (月 1 回、体重測定を行います) 
10:30	午前プログラム 入浴	・体操、音楽、ゲーム、作品づくりを行います。 希望者（一般浴・リフト浴・機械浴）
11:30	朝の会	・1 日のニュースや予定をお知らせします。 ・飲み込みを良くする口腔機能体操を行います。
12:00	昼食	・季節感のある昼食・おやつを提供します。 ・お身体の状態に合わせた食事形態 (常食、一口大、刻み、極刻み、ペースト) でお出しします。 ・食べられないものやアレルギーのある方には、 代替食を提供します。 
13:00	口腔ケア 選択プログラム 入浴	歯ブラシを持参していただき、食後の歯磨きを行っています。 各種活動(右表)⇒ ⇒ ⇒ ⇒ 希望者（一般、リフト浴） 月・書道(月1回)・お茶の会(月1回)・詩吟(毎週) ・体操を多めに設定しています。 ・<u>脳トレ部 11/1~(毎週 13:00~13:30)</u> 火・ハーモニカクラブ(毎週)・絵手紙教室(月1回) ・大正琴クラブ 水・書道(月1回)・コーラスクラブ(毎週)・編み物クラブ隔週 ・歌の会を多めに設定しています。 木・ハーモニカクラブ(毎週) ・絵手紙教室(月1回)・編み物クラブ(毎週) 金・書道(月1回)・俳句(月1回)・ハーモニカクラブ(毎週) 土・書道(月1回)・詩吟(月1回)  
13:30	健康体操	職員によるリハビリ体操
14:00	合同プログラム	ボランティアさんによる音楽鑑賞等 (ハーモニカや民謡など)
15:00	おやつ 飲み物	 
16:20	バスでお送り	おおむね 1 便は 17:00 頃 2 便は 17:45 頃 にご自宅に到着します。
16:30	午後のプログラム (バス時間迄)	身体を動かしたり、音楽、頭を使ったゲーム やお話をします。
17:30	最終バスが出発	

年間行事

4 月	お花見(桜・牡丹)	9 月	寿会
5 月	お花見(水蓮)・春の外出	11 月	紅葉狩り・秋の外出
	スポーツ週間	12 月	クリスマス会・忘年会
6 月	お花見(紫陽花)	1 月	お正月・初詣
7 月	七夕	2 月	豆まき
8 月	納涼祭	3 月	ひな祭り



▲8 月：納涼祭



▲5 月：善福寺公園にてお花見(睡蓮)



▲5 月：スポーツ週間



▲11 月：井草の森公園にて紅葉狩り

料金表

通所介護(デイサービス)大規模Ⅱ利用料

要介護度	利用料(介護保険適用外)	自己負担額(介護保険適用時)
要介護1	7,188 円/日	719 円/日
要介護2	8,453 円/日	846 円/日
要介護3	9,772 円/日	978 円/日
要介護4	11,080 円/日	1,108 円/日
要介護5	12,388 円/日	1,239 円/日

介護予防通所介護(介護予防サービス)大規模Ⅱ利用料

要介護度	利用料(介護保険適用外)	自己負担額(介護保険適用時)
要支援1	22,863 円/月	2,287 円/月
要支援2	45,791 円/月	4,580 円/月

加算項目	利用料(介護保険適用外)	自己負担額(介護保険適用時)
サービス提供体制強化加算Ⅱ	64 円/日	7 円/日
個別機能訓練加算Ⅰ	540 円/日	54 円/日
入浴加算 (利用した場合)	540 円/日	54 円/日

加算項目	利用料(介護保険適用外)	自己負担額(介護保険適用時)
サービス提供体制強化加算Ⅱ	要支援1 259 円/月	要支援1 26 円/月
	要支援2 518 円/月	要支援2 52 円/月

食費

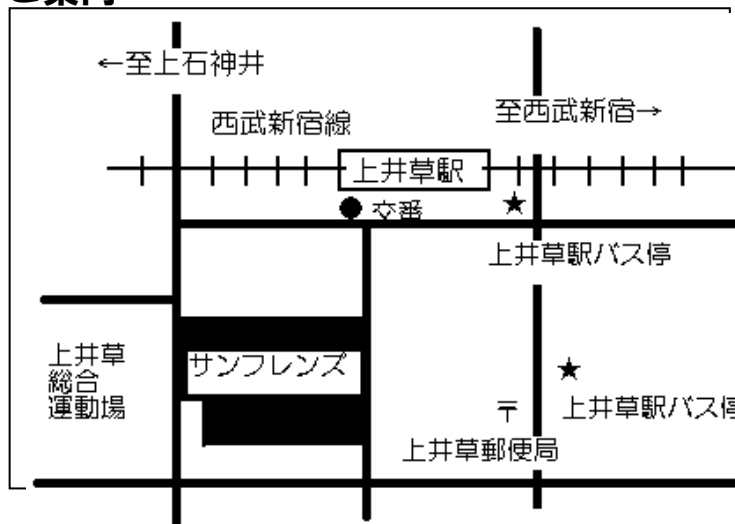
昼食代	677 円/回
おやつ代	148 円/回
合計	825 円

たとえば・・・

要介護1の方で通所介護(デイサービス)を週1日ご利用の場合

自己負担(月額)：(719 円+7 円(サービス提供加算)×4 回)+(825 円×4 回)=6,204 円/月

ご案内



- 西武新宿線「上井草駅」下車 徒歩3分
- 西武バス(阿佐ヶ谷～長久保)・(荻窪～石神井公園)行き「上井草」バス停下車 徒歩3分

〒167-0023 杉並区上井草3-33-10

電話：03-3394-9831

FAX：03-5310-1745

ホームページ：<http://www.3friends.or.jp>