



デイサービスセンター

おかやま ままかり苑

パンフレット
令和6年9月VER

施設案内

タイムスケジュール

活動の様子

会社情報



ホームページ

施設案内

利用者様専有面積180㎡超

お風呂・トイレ・調理室

以外は、フルカーペット敷

広々とした施設でお過ごしいただけます。

相談室

玄関

リハビリ室

食堂

トイレ

スタッフ
ルーム

静養室

お風呂

調理室

事務所

屋外歩行場

玄関



相談室



食堂1



食堂2



リハビリ室



静養室



トイレ



お風呂



タイムスケジュール

通常営業時の流れをご紹介します。

個別リハビリと、ご入浴は
営業中終日行っております。

- 9:30 ご来苑
- ~10:00 健康チェック
- 10:00~ 朝の会&朝の体操
- 11:00~ 全体体操&唱歌
- 12:00~ 昼食
- 13:00~ ネットを使った脳トレ
- 13:30~ セラバンド体操・社会交流
- 14:00~ 小集団でのリハビリ
- 14:45~ 3時のおやつ
- 15:00~ カラオケ・机上訓練・屋外歩行
- 16:20~ 帰りの会
- 16:40~ 送りの送迎

普段の様子①

全体体操&唱歌

午前11:00より全体体操・唱歌をしています。
ラジオ体操・全身のストレッチ・セルフリンパマッサージ。
唱歌では、流行歌・演歌・季節の童謡を3.4曲
みんなで歌っています。



お昼ごはん

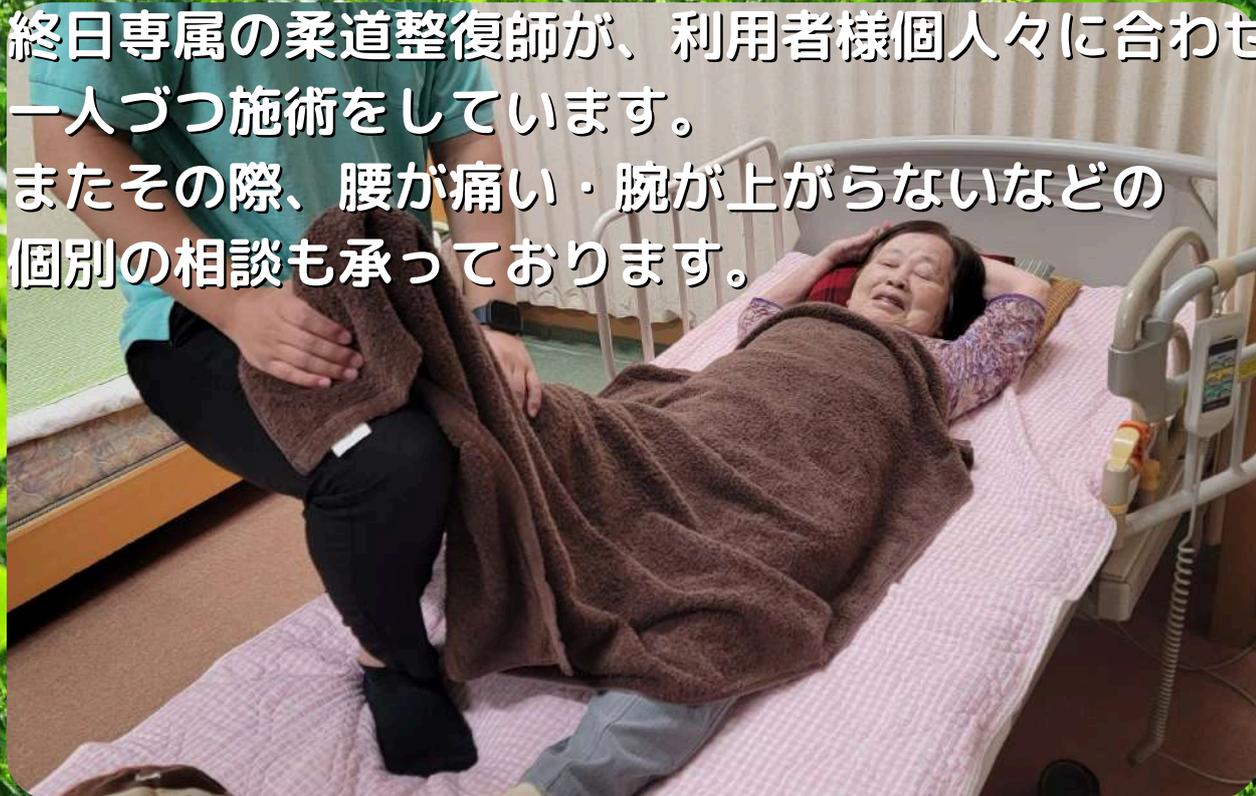
12:00頃より昼食時間になります。
専用の調理職員(管理栄養士)が、毎日手作りしています。
栄養バランス・季節感を大切に
冷凍食材は極力使わず提供しています。



ある日の昼食
デミカツ丼
赤だし
茄子の冷菜
胡瓜の浅漬け
ミックスフルーツ

普段の様子② 個別リハビリ

終日専属の柔道整復師が、利用者様個人々に合わせ一人ずつ施術をしています。
またその際、腰が痛い・腕が上がらないなどの個別の相談も承っております。



セラバンド体操

ままがり苑では、午後からセラバンドというゴム製のバンドを使用して全身の筋力強化と、ストレッチをしています。
バンドを握る場所によって、強度が調整でき男女・年齢問わず取り組むことができます。
背中が曲がってきた、肩が上がりにくいなどの方々には、特に有効なトレーニングです。

外出行事・室内行事

ままかり苑では、室内行事に加え積極的に外出をしています。目新しい所に出かけ屋外歩行や、慣れない場所での食事など施設にはない、体験をおとどけしています。



会社情報

営業日



月曜日から金曜日 平日の祝日も営業しています。
休苑日は、土日、年末年始、GW、お盆になります。



ご利用状況(定員30名)

令和6年9月現在。月曜日は、残席わずかです。
電話にて確認していただくと助かります。

マップ 岡山市東区益野町754-1



ご見学



随時受け付けております。送迎も承ります。

ご連絡

TEL 086-942-1501



(休苑日でも、転送電話につながります)

FAX 086-942-3155

E-mail mamakari@mx32.tiki

よろしく申し上げます



※デイサービスに犬はいません