

老人保健施設 **白楽園**  
通所リハビリテーション



介護も  
愉快だ  
宇都宮  
ITSUNOMIYA

社会福祉法人 宝生会

白楽園通所リハビリテーションの特徴



**アットホーム**

お一人お一人との時間を大切にしています

**リハビリ**

身体を動かす時間が多く  
活動的な一日を  
お過ごしいただけます

**美味しい昼食**

栄養だけではなく  
盛り付けや彩りにも  
気を配っています

● **専門的なリハビリテーション（週1回）**

療法士（理学療法士・作業療法士・言語聴覚士）による個別リハビリを受けることができます。

● **介護士とのマンツーマンの運動（毎回）**

利用者様ごとに、お体の状態に適した運動プログラムを理学療法士が作成し、介護士が実施します。

● **マシントレーニングでの筋力強化運動**

《 最近こんなことはありませんか？ 》

- ・歩行中に少しつまづく、ふらつくことを自覚している。
- ・少しずつ体力が落ちてきている、体力に不安がある。
- ・歩行能力をもう少しアップしたい。
- ・デイサービスには行っているが運動量が足りていないと感じている。
- ・入院中の病院でリハビリは受けているが、退院後の生活に不安を感じている。
- ・最近食事のむせこみが増えてきているので心配している。



介護職員とマンツーマンでの運動の時間  
お一人お一人の時間を大切にしています！



療法士のリハビリが受けられるのは  
通所リハビリならではの！



## 1日のスケジュール

8:30	お迎え	
10:00	健康チェック	
10:15	体操	
10:30	入浴	
12:00	嚥下体操	
12:20	昼食	
12:45	口腔ケア・休憩	
13:30	体操	
15:00	おやつ・水分補給	
15:20	レクリエーション	
16:00	お送り	

リハビリ

## 短時間通所リハビリのご案内

\* 9時半～11時  
\* 週1回

### < 実施内容 >

- ・療法士によるリハビリ
- ・介護士による個別の運動

- 入浴や食事は必要のない方
- リハビリのみを集中して実施したい方
- 短時間から開始して、長時間への移行も検討したい方
- 長時間は疲れてしまうという方



こんな方におすすめです！



マシントレーニング  
(パワーリハビリ)  
継続は力なり！  
ぜひご体験ください！

**白楽園通所リハビリテーション**では、利用者様が安全・安心な日常生活を送ることができるよう、療法士が身体機能の評価を行い、利用者様お一人おひとりに合ったリハビリを実施しています。硬くなった筋肉や関節をほぐしたり、生活に必要な動作の練習や筋力強化、耐久性維持・向上を目指しています。

### < 交通の御案内 >

東北自動車道及び日光高速道・宇都宮 I.C 出口より2分  
老人保健施設 白楽園 通所リハビリテーション  
〒320-0075 栃木県宇都宮市宝木本町2140番地2  
電話 (028) 665-7171

\* 見学・お問い合わせは随時受け付けております。担当 上原まで

白楽園ホームページ始めました！  
ぜひご覧ください！



<http://hakurakuen.or.jp/>



ゆったりとした広いフロア、歩行練習に人気の1周100mの回廊もあります。  
温熱療法機器やリハビリ器具も各種取り揃えています。