

健康・生きがい作り応援!!

通所介護事業所

さん・じむ

サンライフ倉敷の『さん』、運動する場所『じむ』の2つを合わせてさん・じむです。

要介護・要支援の認定を受けられている方、
事業対象者[※]の方がご利用できるデイサービスです。

平成31年4月から
**祝祭日もご利用
いただけます**



さん・じむ ならお一人ずつ
のご希望に沿ったリハビリや
作業活動を、ご自分で選ん
でご利用頂けます。

カルチャー

パソコン、料理、革細工、
籐細工 など…



認知症予防

脳トレ、認知症予防体操、
園芸療法 など…

リハビリ職員が
専門的な運動・作業等
指導します!

体力・筋力向上

体力測定、マシンリハビリ、
セルフトレーニング指導、
集団体操 など…

生き生き、健康生活応援!!

こんなお悩みありませんか？

- ☑足や腰が痛くて歩くと転びそう。
- ☑動くと疲れやすい。
- ☑もの忘れが気になる。
- ☑一人で外出するのが不安で
家にいる時間が増えた。
- ☑習い事や運動、おしゃべりがしたいけど
どこに行けばいいのかわからない。
- ☑家でお風呂に入りづらくなってきた。
など…

👉おすすめメニュー(例)

お迎え

バイタルチェック、ティータイム
準備運動(集団体操・ストレッチ)
マシントレーニング
日常生活動作訓練

休憩
パソコン

サークル活動(写真・写字など)

お送り

ご希望に合わせて
昼食や入浴もOK!