

<谷山中央>

生活
支援型

ご本人が望む住まいでの 生活継続を支援します



知恩報徳

「人は恩の海に住む。恩を知り、これに報謝して初めて人としての価値が存在するものであります。高齢者が明るく、豊かな生活が送られるよう、その恩に感謝し、社会に貢献すること。これが、社会福祉法人中江福祉園「ひまわり園」発足の原点です。

昭和43年4月社会福祉法人立特別養護老人ホームとしてスタートしました。

有資格者であるヘルパー(介護福祉士6割以上)が各家庭を訪問し、生活支援を行っています。「ありがとう」の言葉を励みに、まごころ込めて365日大きな安心をお届けします。緊急の場合は24時間対応します。

ヘルパーステーションひまわり園		HP	○														
電話	295-0796	FAX	295-0838														
電話受付時間	8:30~17:30	休業日	なし														
所在地	890-0008 伊敷5丁目4番17号																
サービス提供可能エリア	中央	上町	鴨池北	鴨池南	城西	武・田上	谷山北	谷山中央	谷山南	伊敷台	西伊敷	吉野	桜島	吉田	郡山	松元	喜入
	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
介護保険外の対応の可否								×									

生活
支援型

爽やかな風のように 凜とした気持ちで



私たち凜は、介護を提供するだけの事業所ではありません。一人一人が幸せに暮らせるように、人に対して気持ちよく、人に対して凜として接し皆さんと一緒に考えられる事業所を目指しています。

ヘルパーステーション 凜		HP	×														
電話	296-1572	FAX	296-1573														
電話受付時間	9:00~18:00	休業日	年中無休														
所在地	890-0054 荒田2-22-10																
サービス提供可能エリア	中央	上町	鴨池北	鴨池南	城西	武・田上	谷山北	谷山中央	谷山南	伊敷台	西伊敷	吉野	桜島	吉田	郡山	松元	喜入
	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
介護保険外の対応の可否								○									

生活
支援型

荒田八幡神宮うら お気軽にご相談ください!



介護保険の事業所で平成16年に開所いたしました。ケアハウスの建物内にあり、居宅介護支援事業所も併設しておりますので、何事も安心してご相談頂けます。連絡体制は、365日、スタッフは全員介護の有資格者です。皆様方の住み慣れたご自宅での暮らしを心をこめてサポートいたします。

ヘルパーステーション クレール下荒田		HP	○														
電話	255-5538	FAX	263-8553														
電話受付時間	9:00~17:00	休業日	なし														
所在地	890-0056 下荒田2丁目7番2号																
サービス提供可能エリア	中央	上町	鴨池北	鴨池南	城西	武・田上	谷山北	谷山中央	谷山南	伊敷台	西伊敷	吉野	桜島	吉田	郡山	松元	喜入
	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
介護保険外の対応の可否								×									

生活
支援型

まごころ安心 お届けいたします



地域にお住まいの高齢者等の日常生活における困りごとを解決し住み慣れた地域の中で「生きがい」を感じながら暮らしていけるようサポートするサービス提供を行っております。また従事会員は地域にお住まいの60歳以上の方が登録し豊富な経験や技能を活かして地域を支えています。また100円でゴミだしや500円で電球交換等ちょっとしたお困りごとの手助けワンコインサービスを行っており連携を図りながらサービスを行っております。

公益社団法人 鹿児島市シルバー人材センター		HP	○														
電話	252-4661	FAX	258-7554														
電話受付時間	8:30~17:15	休業日	土・日・祝日														
所在地	890-0061 天保山町1番1号																
サービス提供可能エリア	中央	上町	鴨池北	鴨池南	城西	武・田上	谷山北	谷山中央	谷山南	伊敷台	西伊敷	吉野	桜島	吉田	郡山	松元	喜入
	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
介護保険外の対応の可否								○									

<谷山中央>

生活
支援型

あなたの残存能力を活かした自立のお手伝い



自立支援に力を入れており、生活の中で利用者様個々の残存能力を活かしながら支援します。
掃除や洗濯、料理など手助けがあれば自立した生活が送れるといった要望に介護保険事業に長年携わったノウハウを生かして質の高いサービスでお応えします。

生協ヘルパーステーション・たにやま		HP	○														
電話	260-3009	FAX	284-9104														
電話受付時間	9:00~17:00	休業日	日曜・祝日														
所在地	891-0141 谷山中央3丁目4582番地谷山中央ビル5階																
サービス提供可能エリア	中央	上町	鴨池北	鴨池南	城西	武・田上	谷山北	谷山中央	谷山南	伊敷台	西伊敷	吉野	桜島	吉田	郡山	松元	喜入
							○	○	○								○
介護保険外の対応の可否								○									

生活
支援型

経験豊富なヘルパーが自立した生活を支援します



利用者様の残存機能を生かした支援を踏まえ自立へ向けた生活支援を致します。ベテランヘルパーの長年の知識を用い質の高いサービスを常に心掛けており、笑顔のたえない生活を送れるよう日々頑張っています。

清谿園訪問介護ステーション おかめ会		HP	○														
電話	264-0012	FAX	264-0008														
電話受付時間	8:00~17:00	休業日	無し														
所在地	891-0104 山田町3801番地																
サービス提供可能エリア	中央	上町	鴨池北	鴨池南	城西	武・田上	谷山北	谷山中央	谷山南	伊敷台	西伊敷	吉野	桜島	吉田	郡山	松元	喜入
				○			○	○	○								
介護保険外の対応の可否								○									

<谷山中央>

ミニ
デイ型

笑顔あふれる空間で その人らしく生き生きと



ご利用者様がその人らしい生き生きとした生活を取り戻し、前向きに生きることでも心も体も元気になってもらうことを実現するために、私たちは生活連動型デイサービスを提案します。

デイサービス第二昭和クラブ		HP	○														
電話	297-5601	FAX	297-5608														
電話受付時間	9:00~17:00	休業日	日曜日														
所在地	890-0065 郡元3-1-22																
サービス提供可能エリア	中央	上町	鴨池北	鴨池南	城西	武・田上	谷山北	谷山中央	谷山南	伊敷台	西伊敷	吉野	桜島	吉田	郡山	松元	喜入
	○	△	○	○	△	○	○	○	○	△	△						
利用定員	17人	入浴の提供	○	食事の提供	○												
サービス提供時間	9:30~12:30 13:30~16:30																
活動メニュー	入浴・機能訓練1.5時間→食事1時間→交流0.5時間																

ミニ
デイ型

笑顔あふれる空間で その人らしく生き生きと



ご利用者様がその人らしい生き生きとした生活を取り戻し、前向きに生きることでも心も体も元気になってもらうことを実現するために、私たちは生活連動型デイサービスを提案します。

デイサービス第三昭和クラブ		HP	○														
電話	297-6415	FAX	297-6416														
電話受付時間	9:00~17:00	休業日	日曜日														
所在地	890-0056 下荒田1-35-20																
サービス提供可能エリア	中央	上町	鴨池北	鴨池南	城西	武・田上	谷山北	谷山中央	谷山南	伊敷台	西伊敷	吉野	桜島	吉田	郡山	松元	喜入
	○	○	○	○	○	○	△	△	△	△	△						
利用定員	17人	入浴の提供	○	食事の提供	○												
サービス提供時間	9:30~12:30 13:30~16:30																
活動メニュー	入浴・機能訓練1.5時間→食事1時間→交流0.5時間																

ミニ
デイ型

住みなれた地域で 暮らし続けるお手伝い



『に』っこりうれしい、美味しい食事
『じ』りつ(自立)をささえる生活リハビリ
『の』んびりゆっくり、個浴で楽しい入浴
『い』きがいつくり、個別機能訓練 『え』んじ(園児)とともに、あふれる笑顔を、モットーに人と人の関わりの中でご利用頂いております

生協デイサービスセンター・虹の家たにやま		HP	○														
電話	269-9155	FAX	269-9198														
電話受付時間	8:30~17:00	休業日	日、8/14・15、12/30~1/3														
所在地	891-0141 谷山中央6丁目10-14																
サービス提供可能エリア	中央	上町	鴨池北	鴨池南	城西	武・田上	谷山北	谷山中央	谷山南	伊敷台	西伊敷	吉野	桜島	吉田	郡山	松元	喜入
							○	○	○								
利用定員	5人	入浴の提供	○	食事の提供	○												
サービス提供時間	8:30~12:30 12:30~16:30 (うち3時間程度)																
活動メニュー	健康チェック・水分補給40分→機能訓練20分→作業療法・入浴サービス60分→下肢機能訓練30分→昼食45分																

<谷山中央>

運動型

やればできる！



転倒防止・円背予防を兼ねて体幹を意識し、主にチェアピクスを中心としたトレーニング及び、自宅でも取り組めるメニューを提供しています。たくさん笑い、元気になって頂くために工夫し、脳活性化にも繋がるように取り組んでいます。利用者様の楽しかった！疲れた！できるようになった！という声を聞くことが私たちのやりがいです。

高齢者インナーマッスルフィットネス あさひな		HP	○														
電話	258-4903	FAX	204-9744														
電話受付時間	9:00～18:00	休業日	土、日・正月														
所在地	890-0067 真砂本町53番12号																
サービス提供可能エリア	中央	上町	鴨池北	鴨池南	城西	武・田上	谷山北	谷山中央	谷山南	伊敷台	西伊敷	吉野	桜島	吉田	郡山	松元	喜入
	○	○	○	○	○	○	○	○									
利用定員	12人	入浴の提供	×	食事の提供	×												
サービス提供時間	10:00～12:00、14:00～16:00																
活動メニュー	体調確認、ストレッチ(30分)→トレーニング(30分)→休憩(10分)→トレーニング(20分)→脳トレ(15分)→整理運動、体調確認(15分)																

運動型

「身も心も元気になれる」を目指して



自然豊かな落ち着いた環境の中で「身も心も元気になれる」を目標に、運動の中にも遊びを取り入れながら笑顔の絶えない空間作りに努めています。また、屋外での歩行訓練や脳トレも取り入れ、活気と笑顔あふれる事業所です。利用者様からは「ジェスパに来るのが毎日楽しみ」とのお声をたくさん頂いています。

運動型通所介護サービス ジェスパ		HP	○														
電話	263-3070	FAX	263-3079														
電話受付時間	9:00～18:00	休業日	土・日・祝、盆、年末年始														
所在地	891-0144 下福元町2635																
サービス提供可能エリア	中央	上町	鴨池北	鴨池南	城西	武・田上	谷山北	谷山中央	谷山南	伊敷台	西伊敷	吉野	桜島	吉田	郡山	松元	喜入
							○	○	○								
利用定員	15人	入浴の提供	×	食事の提供	×												
サービス提供時間	10:00～12:00																
活動メニュー	体調チェック(10分)→準備運動(20分)→筋力アップ運動・レクリエーション(60分、休憩有り)→整理運動(20分)→体調チェック(10分)																

運動型

楽しく運動して体力・筋力をつけましょう！



自宅でいつまでも自立して生活できることを目標に、集団での運動や一人一人に必要なメニューを作成して個々に必要な運動をしていただいています。ご利用者様に、あーっ今日も笑った！しゃべった！楽しかった！と思っていたがために、スタッフ一同努力を重ねつつ共に楽しんでいます。

早稲田イーライフがじゅまるの木		HP	×														
電話	262-2227	FAX	261-4890														
電話受付時間	8:30～17:30	休業日	日・盆休み、年末年始休みあり														
所在地	891-0150 坂之上4-1-5第2吉窪ビル101																
サービス提供可能エリア	中央	上町	鴨池北	鴨池南	城西	武・田上	谷山北	谷山中央	谷山南	伊敷台	西伊敷	吉野	桜島	吉田	郡山	松元	喜入
							○	○	○								
利用定員	12人	入浴の提供	×	食事の提供	×												
サービス提供時間	午前10:00～12:00(水・土のみ)午後13:30～15:30(月・金のみ)																
活動メニュー	体調チェック・準備運動・主運動30～50分(マシン・エアロバイク・筋力・バランス向上運動等)脳トレ・口腔体操等30分・スポレク15分・レッドコードストレッチ15分(休憩をはさんで)																

運動型

身近で親しみやすい運動型デイサービス



単に体を動かすだけでなく、自然と笑い声が聞かれるような運動プログラム、脳活性プログラムの実施に努めています。また、柔軟性の向上、筋力向上やバランス能力向上を目的とした運動では、マシンや大掛かりな器具は使用せず、ペットボトルやゴムボール等、身近なものを使用し、手すりや壁など自宅に近い環境を想定して、自宅でも取り組めるようなプログラムを提案、実施します。

アステラス体操教室		HP	×														
電話	203-0323	FAX	203-0324														
電話受付時間	9:00～17:00	休業日	日・祝日、盆、年末年始														
所在地	891-0116 上福元町3737-2																
サービス提供可能エリア	中央	上町	鴨池北	鴨池南	城西	武・田上	谷山北	谷山中央	谷山南	伊敷台	西伊敷	吉野	桜島	吉田	郡山	松元	喜入
							○	○	○								
利用定員	15人	入浴の提供	×	食事の提供	×												
サービス提供時間	①9:40～11:30 ②13:30～15:20																
活動メニュー	健康チェック(15分)⇒準備運動(10分)⇒主運動前半(30分)休憩(5分)⇒主運動後半(30分)⇒健康チェック・整理運動(20分)																

<谷山中央>

運動型

介護の必要ない身体作りを目指して。介護予防専門トレーニングジム



接骨院が運営する「身体に無理のないトレーニング」+「痛みに対しても効果のあるトレーニング」を提供いたします。大手トレーニングジムでも導入しているマシンを使ったトレーニングからご自宅でも手軽に行えるトレーニングまで、個々の状態に応じたプログラムの作成が可能です。「人生の最後まで自分の事は自分で。」を目標に楽しく運動しませんか。詳しくは<https://old-gym.com>をご参照ください。

OLD'S GYM										HP	○						
電話	800-4363			FAX	268-6757												
電話受付時間	8:00~20:00			休業日	土日祝、盆、年末年始												
所在地	891-0105 中山町1590-13																
サービス提供可能エリア	中央	上町	鴨池北	鴨池南	城西	武・田上	谷山北	谷山中央	谷山南	伊敷台	西伊敷	吉野	桜島	吉田	郡山	松元	喜入
利用定員	15			入浴の提供			×			食事の提供				×			
サービス提供時間	9:00~11:00、13:00~15:00																
活動メニュー	健康チェック(20分)⇒準備運動(20分)⇒オリエンテーション(10分)⇒休憩(10分)⇒メイントレーニング(20分)⇒休憩(10分)⇒個別プログラム(20分)⇒整理運動(10分)																