

介護予防・日常生活支援 総合事業

鹿児島市  
基準緩和型サービス 実施事業所

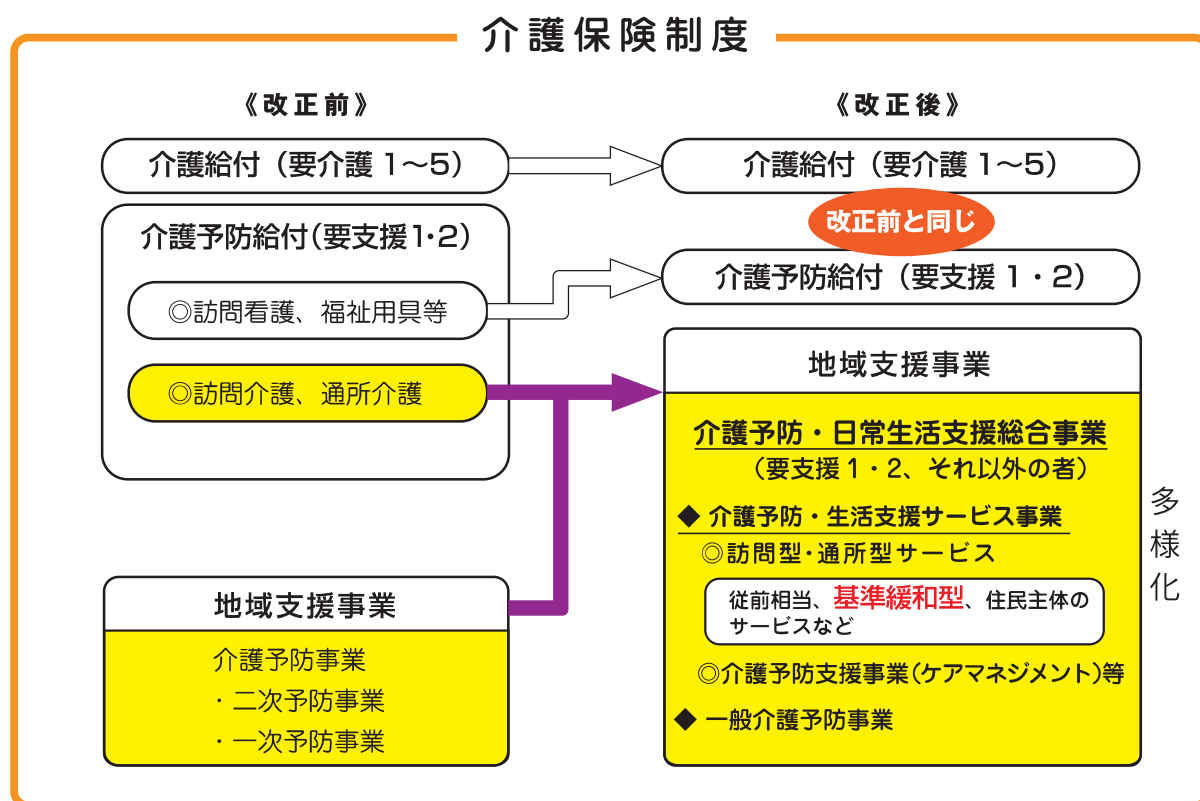
# ガイドブック

令和4年10月版



## はじめに

平成 26年に介護保険制度が改正され、鹿児島市でも平成 29年4月から「介護予防・日常生活支援総合事業」が始まりました。この中のメニューに「介護予防・生活支援サービス事業」があります。



この事業では、従来の介護予防訪問介護及び介護予防通所介護相当サービス（従前相当）のほか、身体介護を含まない生活支援型サービス、時間を短縮したミニデイ型サービス、身体を動かすことに特化した運動型サービスといった「基準緩和型」と呼ばれるサービスが新設されました。

このガイドブックでは、それらを実施する事業所情報を紹介することで、事業者、利用者双方に理解を深めてもらうとともに、希望するサービスの利用促進の一助となることを目的としています。

※ 掲載事業所は基準緩和型サービスを提供する事業所のうち掲載希望があった事業所になります。

※ 掲載情報は事業所から提出された内容に基づいておりますが、詳細につきましては各事業所にご確認ください。

# 介護予防・生活支援サービス事業の中にある「基準緩和型」

- 対象者**
- ・要支援1・2の人
  - ・事業対象者（生活機能の低下がみられる人）

## ★の項目が「基準緩和型」

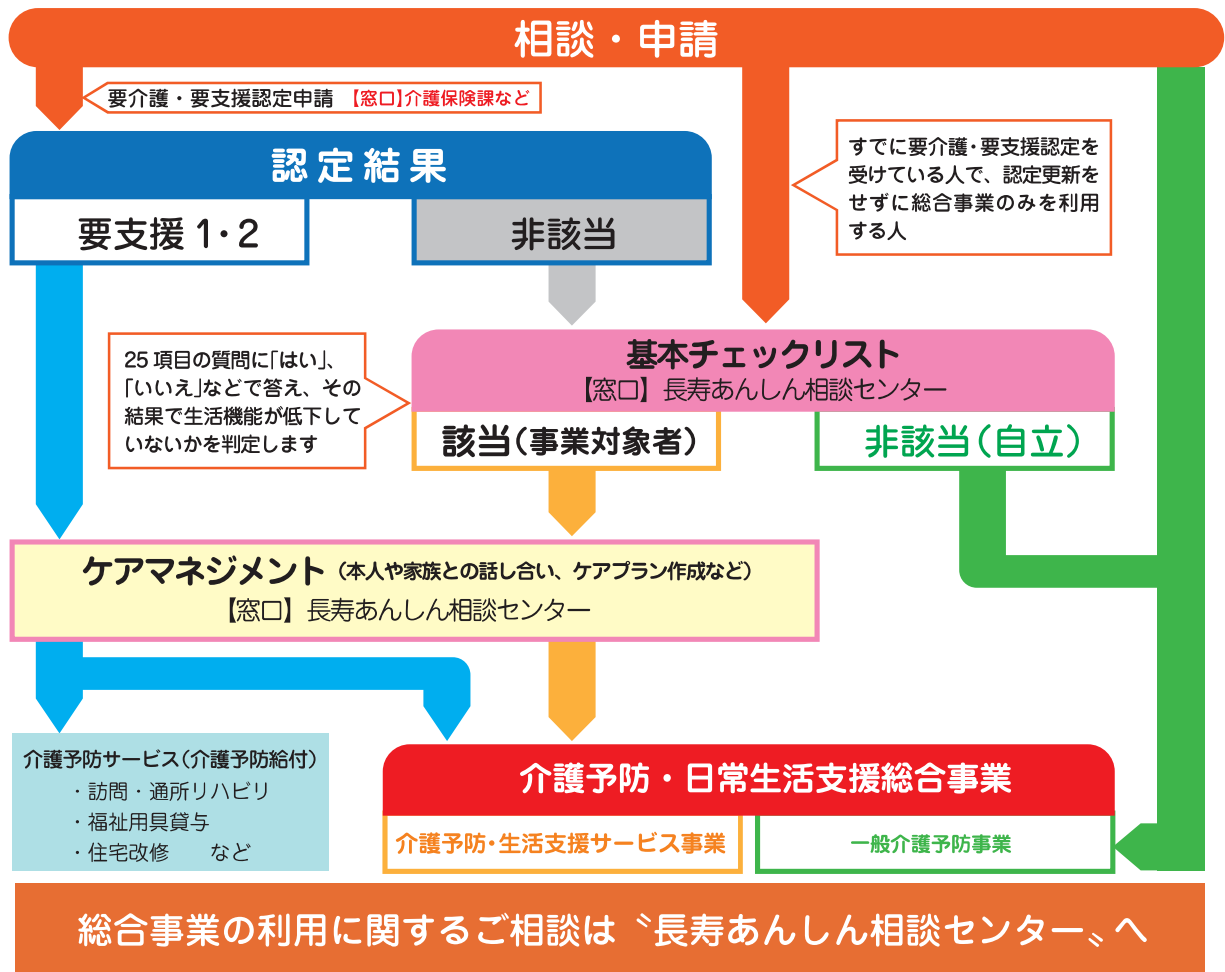
訪問型サービス	<b>予防型訪問介護</b>		<b>費用のめやす<sup>※1</sup></b> <small>（令和3年4月1日介護報酬改定）</small>
	<b>生活援助</b> ・調理、洗濯、掃除の支援など <b>身体介護</b> ・食事、入浴、排せつの介助など		週1回程度 1か月 11,760円 週2回程度 1か月 23,490円 週2回程度を超える <sup>※2</sup> 1か月 37,270円
	<b>★生活支援型訪問介護</b>		
	<b>生活援助</b> ・調理、洗濯、掃除の支援など 市の研修修了者も従事する場合があります		週1回程度 1か月 9,290円 週2回程度 1か月 18,580円 週2回程度を超える <sup>※2</sup> 1か月 27,870円
	<b>訪問型住民主体サービス</b>		※利用料金（利用者負担金）は各団体により異なります
通所型サービス	<b>訪問型個別支援</b>		※利用にかかる自己負担はありません
	<b>生活援助</b> ・調理支援、ゴミ出し、買物など ボランティア団体による支援です		
	<b>訪問型個別支援</b>		
	<b>閉じこもり、認知症、うつ予防に関する保健師による個別支援</b>		
	<b>口腔機能向上・栄養改善</b>		口腔 …1回 250円 栄養 …1回 250円 <sup>※3</sup>
<b>訪問による口腔機能向上・栄養改善のための個別支援</b>			
通所型サービス	<b>予防型通所介護</b>		<b>費用のめやす<sup>※1</sup></b> <small>（令和3年4月1日介護報酬改定）</small>
	食事などの基本的サービスや生活行為向上のための支援など 主に6～7時間程度 <small>※半日もあります</small>		要支援1、事業対象者 1か月 16,720円 要支援2、事業対象者 1か月 34,280円 ・送迎、入浴含む ・食費は別途自己負担
	<b>★ミニデイ型通所介護</b>		
	<b>日常生活上の支援や運動・レクリエーション</b> 市の研修修了者も従事する場合があります		要支援1、事業対象者 1か月 13,150円 要支援2、事業対象者 1か月 26,300円 ・送迎、入浴含む ・食費は別途自己負担
	<b>★運動型通所介護</b>		
<b>運動器の機能向上のための支援</b>		1回 3,430円 送迎を含む	
<b>口腔機能向上・栄養改善</b>		口腔 …1回 250円 栄養 …1回 250円 <sup>※3</sup>	
<b>口腔機能向上・栄養改善のための個別支援</b>			

※1 利用者負担は原則として上記費用の1割、2割、または3割です（ただし訪問型住民主体サービス、口腔機能向上・栄養改善を除く）。また、利用する事業所ごとの職員の専門性や配置、業務の特性に応じた費用が加算される場合があります。

※2 要支援1の人は利用できません。

※3 別途調理材料代が発生する場合があります。

# 参考 基準緩和型サービスを含む総合事業の利用までの流れ



センター	所在地	電話	センター	所在地	電話
中央	〒892-0835 城南町32番11号	☎219-4061	谷山南	〒891-0150 坂之上2丁目17番1号	☎297-5301
上町	〒892-0805 大竜町3番17号	☎219-4815	伊敷台	〒890-0007 伊敷台2丁目17番15号	☎218-8760
鴨池北	〒890-0063 鴨池2丁目25番1-11号 (中央保健センター2階)	☎812-8825	西伊敷	〒890-0002 西伊敷3丁目16番18号	☎295-4007
鴨池南	〒890-0072 新栄町1番11号	☎813-0880	吉野	〒892-0871 吉野町3046番地	☎295-7301
城西	〒890-0042 薬師1丁目16番9号	☎813-0130	緑ヶ丘	〒891-1274 緑ヶ丘町35番11号	☎295-9870
武・田上	〒890-0034 田上3丁目13番2号	☎284-0620	桜島	〒891-1415 桜島藤野町1456番地1 (桜島地区保健センター内)	☎245-2525
武岡	〒890-0031 武岡5丁目17番8号	☎298-5801	吉田	〒891-1303 本城町1687番地2 (吉田福祉センター2階)	☎293-7655
谷山北	〒891-0106 自由ヶ丘1丁目1番8号	☎284-5320	郡山	〒891-1105 郡山町141番地 (郡山地区保健センター1階)	☎245-6601
星ヶ峯	〒891-0102 星ヶ峯3丁目6番7号	☎203-0400	松元	〒899-2703 上谷口町2883番地 (松元支所3階)	☎278-7131
谷山中央	〒891-0141 谷山中央3丁目383番地18	☎263-6260	喜入	〒891-0203 喜入町7000番地 (喜入支所2階)	☎343-5131

# 目次

種別	ページ	ブロック	エリア
<b>生活支援型 訪問介護事業所</b>  調理、洗濯、掃除の支援 などを実施	<b>P.6</b>	北部	上町、伊敷台、西伊敷 吉野、吉田、郡山
	<b>P.7</b>	中部	中央、鴨池北、城西 武・田上、桜島、松元
	<b>P.9</b>	南部	鴨池南、谷山北、谷山中央 谷山南、喜入
<b>ミニデイ型 通所介護事業所</b>  日常生活上の支援や運動・ レクリエーションを実施 (3時間程度)	<b>P.10</b>	北部	上町、伊敷台、西伊敷 吉野、吉田、郡山
	<b>P.12</b>	中部	中央、鴨池北、城西 武・田上、桜島、松元
	<b>P.14</b>	南部	鴨池南、谷山北、谷山中央 谷山南、喜入
<b>運動型 通所介護事業所</b>  運動器の機能向上のための 支援を実施 (2時間程度)	<b>P.15</b>	北部	上町、伊敷台、西伊敷 吉野、吉田、郡山
	<b>P.17</b>	中部	中央、鴨池北、城西 武・田上、桜島、松元
	<b>P.19</b>	南部	鴨池南、谷山北、谷山中央 谷山南、喜入

## 摘要

○サービスセンター			HP	×													
電話	▲▲▲-▲▲▲▲	FAX	●●●-●●●●														
電話受付時間	8:30~17:15	休業日	日、1/1~3														
所在地	890-**** ●●町1000-1																
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

サービス提供可能エリアについては次ページの「長寿あんしん相談センター管轄町名」に対応しております。

(生活支援型の場合、以下を追加)

介護保険外の対応の可否	○
-------------	---

(ミニデイ型・運動型の場合、以下を追加)

利用定員	15	入浴の提供	○	食事の提供	○
サービス提供時間					
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				

# 鹿児島市長寿あんしん相談センター一管轄町名

(2020.8現在)

◇郡山		◇吉野		◇西伊敷		◇伊敷台	
花尾町 有屋田町 川田町 郡山町	郡山岳町 西俣町 東俣町 油須木町	大明丘1~3丁目 吉野1・2丁目 吉野町(磯、花倉、三船 竜ヶ水、平松地区を除く)		伊敷町 犬迫町 千年1・2丁目 伊敷1~8丁目 西伊敷1~7丁目 花野光ヶ丘1・2丁目 小野町(一部を除く) 岡之原町 (3796、4082~4300番地)	皆与志町 小山田町	西坂元町 下伊敷町 若葉町 下田町(七窪地区)	玉里団地1~3丁目 伊敷台1~7丁目 下伊敷1~3丁目 小野1~4丁目 坂元町(実方・川添地区を除く) 東坂元2丁目(1~18、20、41番) 小野町(高山、松之口、平松、鶴ノ村の一部)
◇吉田		緑ヶ丘					
西佐多町 東佐多町 本城町 牟礼岡1~3丁目	本名町 宮之浦町	川上町 緑ヶ丘町 下田町(七窪地区を除く) 岡之原町(3796、4082~ 4300番地を除く)					
◇上町							
清水町 祇園之洲町 鼓川町 池之上町 稲荷町	春日町 柳町 浜町 上竜尾町 下竜尾町	冷水町 長田町 大竜町 上本町 小川町	易居町 名山町 本港新町 山下町 中町	金生町 城山町 泉町 住吉町 堀江町	大黒町 呉服町 坂元町の実方、川添地区 吉野町の磯、花倉、三船、竜ヶ水、平松地区 東坂元1~4丁目(2丁目1~18、20、41番を除く)		
○武・田上		○中央		○鴨池北			
武1~3丁目 紫原7丁目 田上町 田上1~8丁目 唐湊1・2丁目(1丁目11~13番を除く) 向陽1丁目(1~4番、5番1~3号 10~12番を除く) 広木1~3丁目(2丁目36番、3丁目1・2番 3番15号、5番7号と15号を除く)	田上台1~4丁目 西別府町 西陵1~8丁目 上荒田町(50~57番)	平之町 東千石町 西千石町 照国町 新町 船津町 城南町 松原町 南林寺町 上荒田町(50~57番を除く)	甲突町 錦江町 新屋敷町 樋之口町 山之口町 千日町 加治屋町 中央町 上之園町	高麗町 荒田1・2丁目 与次郎1・2丁目 下荒田1~4丁目	天保山町 鴨池新町 鴨池1・2丁目 郡元1~3丁目	真砂町 真砂本町	
武岡				○城西			
武岡1~6丁目 小野町(西之谷地区)				城山1・2丁目 西田1~3丁目 常盤1・2丁目 草牟田1・2丁目 永吉1~3丁目	明和1~5丁目 原良1~7丁目 薬師1・2丁目 城西1~3丁目 鷹師1・2丁目	新照院町 草牟田町 玉里町 原良町 常盤町	
○桜島				○松元			
野尻町 持木町 東桜島町 古里町 有村町	黒神町 高免町 桜島赤水町 桜島赤生原町 桜島小池町	桜島西道町 桜島白浜町 桜島武町 桜島藤野町 桜島二俣町	桜島松浦町 桜島横山町 新島町	石谷町 入佐町 上谷口町	直木町 春山町 福山町	松陽台町 四元町 平田町	
□鴨池南		□谷山北		星ヶ峯		□谷山中央	
唐湊3・4丁目 郡元町 南郡元町 東郡元町 三和町 紫原1~6丁目 西紫原町 広木3丁目 (1・2番、3番15号、5番7号と15号) 唐湊1丁目(11~13番) 向陽1丁目 (1~4番、5番1~3号、10~12番)	南新町 日之出町 向陽2丁目 宇宿1~9丁目 中央港新町 新栄町 広木2丁目36番	桜ヶ丘1~8丁目 自由ヶ丘1・2丁目 中山1・2丁目 山田町 中山町 (松林柳ヶ谷地区を除く)		皇徳寺台1~5丁目 星ヶ峯1~6丁目 五ヶ別府町	小松原1・2丁目 清和1~4丁目 東谷山1~7丁目 谷山中央1~8丁目 西谷山1・2・4丁目 西谷山3丁目(35~39番を除く) 中山町(松林、柳ヶ谷地区) 下福元町 (大久保、大脇原、玉利、勘場、木屋宇都)	小原町 魚見町 上福元町 東開町 希望ヶ丘町	
		□谷山南				□喜入	
		錦江台1~3丁目 坂之上1~8丁目 光山1・2丁目 平川町 卸本町 西谷山3丁目の一部(35~39番) 下福元町(大久保、大脇原、玉利、勘場、木屋宇都を除く)	南栄1~6丁目 谷山港1~3丁目 七ツ島1・2丁目 和田1~3丁目 慈恩寺町			喜入瀬々串町 喜入中名町 喜入生見町	喜入前之浜町 喜入町 喜入一倉町

## お願い

一部センター管轄名末尾の「○○町(○を除く)」の表示についての詳細は、鹿児島市長寿あんしん課または、お近くの長寿あんしん相談センターへお問い合わせください。

# <北部>

生活  
支援型

## おひとり、おひとりが、 私たちの家族です

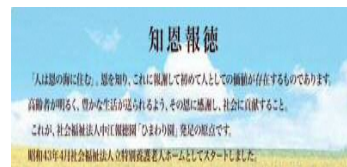


住み慣れたご自宅で安心して、快適な生活を送れるようにお手伝いをいたします。生活援助、調理、洗濯、掃除の支援などをサポートしていきます。その人らしさを活かした生活が維持する事をめざしています。

訪問介護ステーション愛の泉											HP	○					
電話	298-8336				FAX	298-7677											
電話受付時間	8:30~17:30				休業日	12/31~1/3 8/13~8/15											
所在地	891-1102 東俣町127-1																
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

## ご本人が望む住まいでの 生活継続を支援します



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

## 笑顔の絶えない事業所 を目指しています



ご本人に関わる掃除や洗濯、買い物代行等日常生活を営むうえで困難な部分のサービスを提供し、自立した生活が維持していけるように支援いたします。「ありがとう！」が私たちの励みです。≪私たちは質向上のため、勉強会やカンファレンス・研修会に参加し、スキルアップや自己研鑽に努めています。≫

城山苑ホームヘルプサービス											HP	○					
電話	226-7732				FAX	219-6037											
電話受付時間	8:30~17:30				休業日	12/31~1/3											
所在地	892-0854 長田町32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											×						

# <中部>

生活  
支援型

## 爽やかな風のように 凜とした気持ちで



私たち風凜は、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 風凜											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

## 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・鹿児島北											HP	○					
電話	250-3273				FAX	285-6032											
電話受付時間	9:00~17:00				休業日	日曜・祝日											
所在地	890-0064 鴨池新町5番8号 生協会館3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

## ご自宅での生活をサポートします



豊富な経験を持ったホームヘルパーが、ご自宅に訪問して、安心して暮らせるようお手伝いいたします。また、介護保険外サービスの提供も行います。お気軽にお問い合わせください。

とそ清風園訪問介護事業所											HP	○					
電話	286-6661				FAX	251-1166											
電話受付時間	8:00~17:30				休業日	なし											
所在地	890-0036 田上台1丁目43-1																
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											○						



# <中部>

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								○									

生活  
支援型

## 笑顔とやすらぎ 共にはぐくむ



自宅において私たちヘルパーが訪問し、日常生活上のお世話をを行うサービスです。研修等を活用し職員の自己研鑽に努め、より真心のこもったサービスを提供しています。

ヘルパーステーションじゅらく		HP	×														
電話	814-3737	FAX	814-3738														
電話受付時間	8:30~17:30	休業日	1/1~2														
所在地	890-0047 常盤1丁目24番39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								○									

# <南部>

生活  
支援型

## 家族のような心のかよった 支援で暮らしのお手伝い

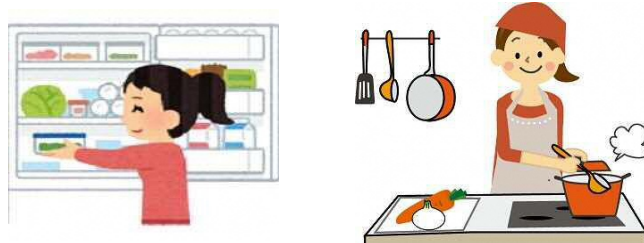


住み慣れた自宅で、要支援者が自立した生活、安心して過ごせる生活を維持出来るよう、明るく元気な職員が必要などころに手が届く多様な支援を、ご本人はもちろんご家族様にも安心していただけるよう提供いたします。お困り事など、ぜひご相談ください。

ヘルパーステーション せせらぎ													HP	○			
電話	284-7333				FAX	284-7334											
電話受付時間	9:00~17:00				休業日	土・日・祝日											
所在地	891-0102 星ヶ峯3丁目28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													○				

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													○				

# <北部>

ミニ  
デイ型

## 「笑顔・元気・思いやり」



敷地内の畑では季節の野菜作り、庭においては花木等の園芸活動も行っています。さらに、得意分野や趣向等を活かして工作等もしていただき、皆様でのゲーム等にて活用しています。身体機能トレーニングの器械設備も充実しており、自宅での役割を見つけれられる為の生活動作訓練も行っています。来ていただいた方に少しでも心地よい空間や居場所となれるような環境を心掛けています。

愛泉園デイサービスセンター通所介護事業所		HP	○
電話	298-8331	FAX	298-7677
電話受付時間	8:30~17:30	休業日	日曜日、12/31~1/3
所在地	891-1102 東俣町127-1		
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	9:15~12:30(昼食あり)、又は13:30~16:15(昼食なし)		
活動メニュー	午前中) 入浴・機能訓練→1.5時間・食事→1時間・交流→0.7時間 午後) 機能訓練・レクリエーション→2.2時間・交流→1時間		

ミニ  
デイ型

## ほっと一息にっこり笑顔 思い出話に花咲かす



『ほっと一息、ニッコリ笑顔、思い出話に花咲かす』  
人のあたたかさ、思いやり、やすらぎのある和やかな雰囲気の中、各種サービスを提供いたします。食事や温泉、リラクゼーション、趣味活動など楽しいひと時を過ごしていただくことができます。

くすの木デイサービスセンター		HP	○
電話	245-4321	FAX	238-0347
電話受付時間	8:30~17:30	休業日	日曜日
所在地	891-1205 犬迫町7771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 ○	
利用定員	8人	入浴の提供	○
		食事の提供	○
サービス提供時間	9:30~13:00		
活動メニュー	入浴・機能訓練1.5時間→交流0.5時間→食事1時間→休憩・趣味活動0.5時間		

ミニ  
デイ型

## 体操とレクリエーションで いつまでも元気に！！



毎日13時~15時30分の2.5時間 日曜日祝日も実施しています。(ただし、年末年始の休みあり)  
送迎つきです。活動の内容はリハビリとレクリエーションになります。リハビリ…小さな集団で作業療法士ほか機能訓練指導員により、ボールやセラバンドを使用したり、平行棒歩行訓練や滑車運動のほか電気療法等レクリエーション…作業レク・園芸レク・運動レク・料理レク・脳活性化活動等

デイサービスセンターひまわり園		HP	○
電話	238-5741	FAX	050-3101-4252
電話受付時間	8:30~17:30	休業日	12/31~1/2
所在地	891-1205 犬迫町5407番地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	20人	入浴の提供	×
		食事の提供	×
サービス提供時間	13:00~15:30		
活動メニュー	機能訓練0.5時間⇒レクリエーション・交流1.5時間⇒機能訓練0.5時間		

ミニ  
デイ型

## 元気の種、笑顔の種を 飛ばします



自宅でも継続してできる事が最大の魅力と考えた筋力増強プログラム。3ヶ月毎に体力測定を行うことで自身の体力を知る事が出来ます。運動でかいた汗はすぐにお風呂で流して頂き、その後は管理栄養士による献立で旬の食材を取り入れた食事をお楽しみいただけます。その他、脳トレ、コグニサイズ等、楽しく取り組める認知症予防プログラムや膝痛、腰痛等の疼痛緩和を考えたストレッチなども進めています。

デイサービスセンターたんぽぽ		HP	○
電話	294-0234	FAX	294-0232
電話受付時間	8:15~17:15	休業日	なし
所在地	892-0873 下田町353		
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	9:15~12:30		
活動メニュー	バイタルチェック→運動1時間→入浴・脳トレ1時間→食事		

# <北部>

ミニ  
デイ型

## 楽しみ・生きがい作りを 一緒に見つけましょう。



ご自宅で充実した生活が送れるように、自宅でも出来る機能訓練を提供し趣味活動(手芸・園芸・習字等)に取り組み「楽しみ」や「生きがい」を見つけて頂けるお手伝いを行っております。「温泉」や「食事」もご利用の皆様にご好評いただいております。  
是非、1度見学(御食事代500円)されてみませんか! (^-^)!

城山苑デイサービスセンター										HP	○						
電話	219-6032			FAX	219-6031												
電話受付時間	8:30~17:30			休業日	日曜日・1/1												
所在地	892-0854 長田町32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
	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
利用定員	15名		入浴の提供			○			食事の提供			○					
サービス提供時間	9:45~13:00																
活動メニュー	入浴・運動・趣味活動(手芸・園芸・習字等)選択して頂けます。活動終了後→食事1時間																

ミニ  
デイ型

## 地域の絆を深め、社会 参加をサポートします



活動メニューとして、ヨガや調理、外出などを行うことで、心身の健康を保ち、自助力を高めることで、自立生活の継続をサポートします。また、利用者様同士のコミュニティの自立性を重んじ、利他の精神を生かした社会参加及び、地域貢献を目標にしています。

済生会ヘルスサポートセンター 武岡										HP	×						
電話	283-6880			FAX	283-6872												
電話受付時間	8:30~17:15			休業日	祝日												
所在地	890-0022 小野町2427番地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	25人		入浴の提供			×			食事の提供			×					
サービス提供時間	9:15~12:15 ①月木コース ②火金コース																
活動メニュー	健康チェック25分→活動①45分→喫茶、休憩40分→活動②45分→健康チェック25分 ※活動:ヨガ、アロマセラピー、調理、園芸、音楽…																

ミニ  
デイ型

## ご利用者も職員も幸せ に!



デイサービスひだまりは、少人数で利用者一人ひとりに合った支援を心掛け、レクリエーション・趣味活動・行事の充実、通所介護での一日を生活の一部としてとらえて頂けるような援助を行っていきます。また、機械浴槽の為、安心・安全に入浴が出来ます。

デイサービス ひだまり										HP	×						
電話	248-7797			FAX	248-7797												
電話受付時間	9:00~17:00			休業日	日、12/30~1/3												
所在地	891-1202 西伊敷6丁目10-4																
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	10:00~13:00																
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

## ゆたかのもりの花棚クラブ



社会福祉法人麦の芽福祉会が運営する事業所です。私たちは「その方らしさ」を大切に時間を過ごして頂きたいと考えています。「デイサービスはこういうものだ」という決まったものではなく、「自分はこうしたい」というお気持ちを尊重し、実践します。ぜひ私たちと一緒に「自分らしさ」を見つけ、元気に過ごしましょう!

ゆたかのもりの花棚クラブ										HP	○						
電話	248-7358			FAX	248-7309												
電話受付時間	9:00~18:00			休業日	日曜・年末年始												
所在地	892-0877 吉野2丁目38-13																
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	10人		入浴の提供			○			食事の提供			○					
サービス提供時間	10時・14時加えて17時(木・金)開始(3時間のサービス提供)																
活動メニュー	屋外活動・体操など本人の出来ることを中心に行っております。入浴・食事に関してはご相談ください。																

# <中部>

## 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。

デイサービス昭和クラブ		HP	○
電話	252-5625	FAX	252-5626
電話受付時間	9:00~17:00	休業日	日曜日
所在地	890-0051 高麗町27-19		
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 明るい！楽しい！皆様の 笑顔を増やします！



ご本人やご家族の要望にできるだけお応えし、できることを減らさないようにして住み慣れた場所で暮らしやすくなることを目標に支援いたします。お食事は手作りによる家庭料理です。リラクゼーションやウェルネスゲーム、ゲームレク、体操等のレクリエーション、機能訓練、脳活性化プログラムも行っています。お気軽にお問い合わせください。

デイサービスあいがて真砂		HP	○
電話	814-7717	FAX	814-7718
電話受付時間	11:00~20:00	休業日	年末年始
所在地	890-0066 真砂町74-4ウウセイ丸進ビル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	10人	入浴の提供	○
		食事の提供	○
サービス提供時間	12:00~15:00		
活動メニュー	食事1時間→入浴・機能訓練1.5時間→交流0.5時間		

## ミニ デイ型 ふわふわあったか とそ清風園デイサービス！



桜島を展望できる閑静な高台にあり、四季折々のお食事や天然温泉が楽しめます。同世代の仲間と交流したい、安心して温泉入浴がしたい等利用される目的は様々です。また、皆さん優しく、楽しいばかりで、アットホームな雰囲気です。

とそ清風園デイサービスセンター		HP	○
電話	286-6364	FAX	251-1166
電話受付時間	8:00~17:30	休業日	日曜日、12/31~1/3
所在地	890-0036 田上台1丁目43-1		
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	40人	入浴の提供	○
		食事の提供	○
サービス提供時間	10:00~13:00		
活動メニュー	バイタルチェック・健康相談・水分補給・入浴1.5時間→食事・静養1時間		

## ミニ デイ型 楽しい体操とおいしい食事 で笑顔が増えます！



広々とした空間で、筋力アップの体操からスタート！無理はせずに、ご自分のできるところから少しずつ。うまくできても笑って、そうでなくても笑って、楽しい体操です。夕食作りは皆さまで献立を決めていただき、それぞれの好みや馴染みの味で作っていただきます。得意料理を披露したり、知らない料理を教わったり、みんなで集まればその醍醐味がいっぱいです。毎回美味しい食事の並んだ食卓を囲んで、明るい団らの時間をご提供しています。

ミニデイ華宵亭(かよいてい)おたふく郡元		HP	○
電話	297-4433	FAX	297-4432
電話受付時間	9:00~17:00	休業日	12/31~1/2、日曜日
所在地	890-0065 郡元1丁目15-5 井手ビル		
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	15:30~18:30		
活動メニュー	体操30分→夕食作り60分→夕食・交流60分→片付け15分		

# <中部>

## ミニ デイ型 『元気で笑顔』心通い 合う温もりのある介護



家庭的な雰囲気の中で、おひとりおひとりのふれあいを大切に充実したケアに努めます。ご利用いただく皆さまがリハビリを楽しく元気に行えるように、笑顔のスタッフが、疲れすぎないトレーニングメニューを考え提供します。

デイサービスセンターじゅらく常盤		HP	×
電話	204-0200	FAX	204-0400
電話受付時間	8:30~17:30	休業日	土、日
所在地	890-0047 常盤1丁目24番39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	18人	入浴の提供	○
		食事の提供	○
サービス提供時間	10:30~13:30		
活動メニュー	入浴(30分)、口腔ケア(30分)、レクリエーション(60分:手工芸など趣味活動)、昼食(60分)		

## 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		

# <南部>

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』んびりゆったり、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																

# <北部>

運動型

## 短時間・少人数制の「機能訓練型デイ」です



デイサービスセンター元気の里 ゆくさ鹿児島館は、少人数制のアットホームな雰囲気「機能訓練型デイサービス」です。身体機能の維持・向上を通じて充実した日常生活を送っていただけることを目的とし、トレーニングマシンを使用した運動から、ご自宅でも出来る運動メニューの紹介など専門スタッフが丁寧に説明いたします。

デイサービスセンター元気の里 ゆくさ鹿児島館		HP	○
電話	298-9551	FAX	298-9552
電話受付時間	8:30~17:30	休業日	日、正月、お盆、GW
所在地	892-0871 吉野町3073-13		
サービス提供可能エリア	中央	上町	鴨池北
	○		
利用定員	15人	入浴の提供	×
サービス提供時間	9:00~11:00		
活動メニュー	健康チェック・歓談タイム15分 → 準備体操30分 → 機能訓練40分 → 整理体操・脳トレ20分 → ティータイム15分		

運動型

## 今よりもっと元気に！みっちい運動を



多種多様なマシン！当事業所のマシンは関節に負担のかかりにくいマシンとなっており、安心して運動を行えます。1回15名枠にて個々にあった運動を行って頂きます。また、コグニサイズを取り入れ認知症予防、認知症対策にも対応させて頂いております。

now more		HP	○
電話	221-0221	FAX	243-1733
電話受付時間	8:30~17:00	休業日	日祝、正月、お盆
所在地	892-0877 吉野町2丁目-13-13		
サービス提供可能エリア	中央	上町	鴨池北
	○		
利用定員	15人	入浴の提供	×
サービス提供時間	2時間(8:30~10:30・11:00~13:00)		
活動メニュー	骨粗鬆症予防運動、むくみ予防体操、脳活性化運動、コグニサイズ45分、機能改善、局所トレーニング1時間15分(前後バイタルチェックあり)		

運動型

## 楽しい運動で心も体もはつらつ



火曜日と金曜日の10時~12時 と 14時~16時 のみの実施です。(年末年始の休みあり) 送迎いたします。作業療法士や機能訓練指導員により、転倒・骨折予防運動や膝痛・腰痛対策運動等をおこなっていきます。

デイサービスセンターひまわり園		HP	○
電話	238-5741	FAX	238-0084
電話受付時間	8:30~17:30	休業日	12/31~1/2
所在地	891-1205 犬迫町5407番地2		
サービス提供可能エリア	中央	上町	鴨池北
	○		
利用定員	5人	入浴の提供	×
サービス提供時間	火曜日と金曜日の10時~12時 と 14時~16時		
活動メニュー	身体機能評価(初回時)、健康チェック、転倒予防運動、バランス運動、応用歩行等利用者の心身状態に応じてプログラムをつくります。		

運動型

## スマイル！アクティブシニア



笑顔で元気でいるために、身体を動かすことを習慣にしてみませんか？フォレストでは、健康運動指導士と看護師がやさしく楽しく、日常生活の中にも取り入れていただきやすい気軽な運動をお伝えいたします。また、身体にも負担の少ない初動負荷マシンや有酸素マシンもございます。

シニアフィットネス フォレスト		HP	○
電話	244-9101	FAX	295-8673
電話受付時間	9:00~16:30	休業日	土、日、祝、年末年始等
所在地	892-0873 下田町1763番地		
サービス提供可能エリア	中央	上町	鴨池北
	○		
利用定員	25人	入浴の提供	×
サービス提供時間	9:00~11:30		
活動メニュー	健康チェック 30分→グループ運動40分(自宅でも実施可能な運動をお伝えします)→休憩→マシン・有酸素運動50分→学習時間30分(血圧測定)→送迎		



# <北部>

運動型

## 地域の絆を元気の源に 楽しく体を動かそう！



武・田上、伊敷台、西伊敷、城西、松元の地域のご利用者様が多いです。生活の悩みや楽しみを、みんなで共有し、体幹を意識した運動プログラムを取り入れ、転倒予防や疼痛緩和を主な目的とし、楽しく運動に取り組んでいます。

済生会ヘルスサポートセンター 武岡				HP	×												
電話	283-6880		FAX	283-6872													
電話受付時間	8:30~17:15		休業日	水、土、日、祝日													
所在地	890-0022 小野町2427番地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	13:15~15:15 ①月木コース ②火金コース																
活動メニュー	健康チェック15分→体操①35分→喫茶・交流(認知予防プログラム)20分→体操②35分→健康チェック15分																

運動型

## その人らしい生命の尊重



私達の事業所では心身機能活性運動療法という運動プログラムを中心にサービスを提供しております。この運動療法は健康を維持するために必要な3大要素の「有酸素運動・ストレッチ運動・筋肉運動」を行い、筋肉・神経・精神に働きかけ、全身を活性化させます。他にもノルディックウォーキング、加圧、ひめトレなど、指導資格を持ったトレーナーが皆様に運動を提供させていただきます。

デイサービスセンター七福神				HP	○												
電話	228-5729		FAX	228-2728													
電話受付時間	8:30~17:30		休業日	土・日 1/1~1/2													
所在地	890-0021 小野2丁目8-15																
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	13:00~15:00 (月~木)																
活動メニュー	健康チェック(15分) ストレッチ(15分) 機能訓練(90分)																

# <中部>

運動型

## いきいき、はつらつな毎日をお手伝いします



・緑豊かな環境でリラックスして短時間の機能訓練を行います。  
 ・介護予防のプランにそって、機能訓練指導員が転倒予防、腰痛予防など、ご利用者の状態に応じた機能訓練をコミュニケーションを交えながら楽しく実施します。  
 ・継続して、自宅で行える機能訓練の方法の紹介と日常生活動作で困りのご相談にも対応いたします。

松元通所介護事業所		HP	○
電話	278-4358	FAX	278-4360
電話受付時間	8:30~17:30	休業日	日、12/30~1/3
所在地	899-2703 上谷口町3366-5		
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	3人	入浴の提供	×
		食事の提供	×
サービス提供時間	13:00~15:00		
活動メニュー	・健康チェック 20分、ストレッチ・ラジオ体操 25分、休憩 10分 ・DVDにてクールダウン系運動 30分 ・個別プログラムに沿って学習 15分 ・健康チェック 15分		

運動型

## 厚地病院は、介護予防にも取り組んでおります



運動指導の専門家である健康運動指導士が効果的な運動を処方し、看護師のサポートもあり、安心して運動に取り組む事ができます。当事業所は、KOBA式体幹トレーニングを取入れております。リハビリから生まれた、カラダに優しいメディカル発想の年代を問わず、どなたにも安心・安全に行え、効果が得られる器具を使用しないトレーニングです。ご高齢者のロコモ対策・転倒予防にも効果的です。

厚地健康増進センター		HP	○
電話	226-1165	FAX	226-1592
電話受付時間	9:00~17:00	休業日	土、日、祝、年末年始
所在地	892-0841 照国町13-37 6F		
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	10人	入浴の提供	×
		食事の提供	×
サービス提供時間	9:00~11:00 / 13:30~15:30		
活動メニュー	学習0.5時間→機能訓練1時間→脳活体操0.5時間		

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！という声を聴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

## 心も体もサポートします



薩摩健康運動塾は、松元の春山町(グリーンプラザ川崎近く)に御座います。『予防は親の責任』『予防が出来るのは元気なうちだけ』という信念を強く持ったご利用者様に支えられ、運営を行っております。運動指導は、ベテランのリハビリ専門のスタッフが個々のお身体に応じた指導を致します。一緒に頑張りましょう！

薩摩健康運動塾		HP	×
電話	070-4702-6612	FAX	813-7827
電話受付時間	8:00~17:00	休業日	日祝、盆、正月
所在地	899-2704 春山町1274-1		
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	20人	入浴の提供	×
		食事の提供	×
サービス提供時間	9:15~11:15、13:30~15:30		
活動メニュー	送迎・健康チェック/お茶(10分)・準備運動(30分)・コグニサイズ(脳トレ20分)・お茶休憩(15分)・マット運動(35分)・健康チェック/お茶(10分)・送迎		

# <中部>

運動型

## 目指せ！ 100歳まで元気！！



「遊びが経過で結果が健康！」をモットーに楽しみながら健康づくりを行えるよう、サポートしております。貯筋運動やマシントレーニングで筋力の維持改善を行い、スクエアステップ・コグニサイズなど脳活性プログラムで認知機能改善を目指しています。また、支援日以外には利用者様同士の交流を目的に忘年会や新年会等のイベントも行っております。(コロナ禍の為、休止中)

ウエルネス セブン		HP		×													
電話	298-1250	FAX	050-3440-3534														
電話受付時間	8:00~18:00	休業日	土・日・祝・お盆・年末年始														
所在地	890-0054 荒田2丁目2-11 松永ビル1F																
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	午前の部 9:00~11:00				午後の部 13:30~15:30												
活動メニュー	バイタルチェック(10分)、学習時間(15分)、ストレッチ・主運動(30分)、休憩(5分)、個別プログラム(15分)、休憩(5分)・脳活プログラム(15分)、ストレッチ(15分)、バイタルチェック(10分)																

運動型

## 介護を必要としない身体づくりを元気づちから



デイサロンプース草牟田では、利用されるお客様はもちろん、関わりあるすべての方を笑顔にしたいとの思いで励んでおります。介護を必要としない身体づくりを元気づちから取り組める環境を作りマシン運動や専門職の個別指導提供を行っております。いつまでも元気であるための提案をさせてもらっていますので、是非一度お試しください。

運動型通所介護デイサロンプース草牟田		HP		×													
電話	099-295-0355	FAX	099-295-0382														
電話受付時間	8:00~17:00	休業日	土日 8/13~15、12/31~1/3														
所在地	鹿児島市草牟田2丁目29-10																
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
	○	○	○	○	○					○	○						
利用定員	15		入浴の提供		×	食事の提供		×									
サービス提供時間	8:45~10:45、13:45~15:45																
活動メニュー	準備体操、10分➢①バイク20分②リハビリマシン20分③メドマ・ホットパック20分④個別指導➢休憩・水分補給➢体操・クールダウン15~20分																

# <南部>

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も努めています。  
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

## 個別メニューの実施で、自立した生活を支える



理学療法士によるリハビリや物理療法はもちろんのこと、最先端の機器を用いて身体評価を行い、提供するサービスプログラムを構築します。認知機能の低下を予防し生活機能の維持又は向上を図ります。

運動型通所介護リハビリセンターきいれ		HP	○
電話	343-1176	FAX	343-1186
電話受付時間	8:30~17:30	休業日	日曜日、1/1~2
所在地	891-0205 喜入町前之浜町7808-1		
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	14:00~16:00		
活動メニュー	バイタル測定(10分)、個別リハビリ(20分)、体操(20分)、物理療法(20分)、身体評価機器(1~3ヶ月毎)、リラクゼーション機器(30分)		

運動型

## 楽しく運動して体力・筋力をつけましょう!



自宅ですべて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!と思っただけがために、スタッフ一同努力を重ねつつ共に楽しんでいきます。

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・スローク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)		

# <南部>

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)																

# 基準緩和型サービス事業所一覧

(令和4年10月末現在)

## 【生活支援型訪問介護】

□ 北部ブロック ■ 中部ブロック ■ 南部ブロック

エリア	指定事業所	郵便番号	所在地	電話番号	掲載ページ
上町	城山苑ホームヘルプサービス	892-0854	長田町32番1号	099-226-7732	P6
上町	ヘルパーステーション はれ	892-0861	東坂元2丁目47番18号	099-295-4207	-
上町	訪問介護 とどけあ鹿児島	892-0824	堀江町2-10 ドクタープレミアム BLD 5 F	099-224-5130	-
上町	福祉生活協同組合むぎのめ 訪問介護ステーション	892-0806	池之上町6番21号	099-295-6200	-
伊敷台	げんき介護 鹿児島	890-0021	小野1丁目11番29号 GINYAビル102号	099-218-3110	-
伊敷台	ホームヘルプサービス小山田	890-0005	下伊敷3丁目17番2号	099-295-6680	-
伊敷台	介護サービス24・ほっとステーション愛	890-0011	玉里団地一丁目6番3号	099-229-5877	-
伊敷台	ヘルパーステーション ハート	890-0007	伊敷台三丁目21番5号	090-5747-6003	-
西伊敷	ヘルパーステーション ひまわり園	890-0008	伊敷5丁目4番17号	099-295-0796	P6
西伊敷	ホームヘルプステーション 高喜苑	890-0022	小野町2427番地2	099-283-6875	-
西伊敷	ふくしサービスセンターげんきママ	890-0008	伊敷3丁目25番20号	099-218-8370	-
西伊敷	訪問介護ステーション空	891-1202	西伊敷5丁目10番8号	099-220-4392	-
西伊敷	ヘルパーステーションいしきの杜	890-0008	伊敷7丁目13番23号	099-228-7447	-
吉野	むぎのめケアステーション	892-0875	川上町1862番地1	099-244-7995	-
吉田	寿康園 訪問介護事業所	891-1304	本名町234番地	099-800-6365	-
吉田	ヘルパーステーション本名の郷	891-1304	本名町1083番地2	099-294-3434	-
郡山	訪問介護ステーション愛の泉	891-1102	東俣町127番地1	099-298-8336	P6
中央	ヘルパーステーション 西千石	892-0847	西千石町8番13号	099-223-5426	-
中央	やさしい手高見馬場訪問介護事業所	892-0846	加治屋町13番11号	050-1741-8544	-
鴨池北	ヘルパーステーションクレール下荒田	890-0056	下荒田2丁目7番2号	099-255-5538	P7
鴨池北	あおぞら介護ステーション	890-0063	鴨池2丁目3番16号 えりかビル3F	099-214-3315	-
鴨池北	生協ヘルパーステーション・鹿児島北	890-0064	鴨池新町5番8号 生協会館3階	099-250-3273	P7
鴨池北	ヘルパーステーション真砂本町	890-0067	真砂本町12番2号	099-253-5788	-
鴨池北	ケアネット徳洲会鹿児島ケアセンター	890-0056	下荒田3丁目44番18号 のせビル202号	099-263-8325	-
鴨池北	ヘルパーステーション風凜	890-0054	荒田2丁目22番10号 山内ビル105	099-296-1572	P7
鴨池北	ヘルパーステーション みらい	890-0056	下荒田2丁目8番9号	099-298-5351	-
鴨池北	公益社団法人 鹿児島市シルバー人材センター	890-0061	天保山町1番1号	099-252-4661	P8
鴨池北	ヘルパーステーションかいご屋	890-0063	鴨池1丁目8番21号	099-251-2401	-
鴨池北	くらしを支える あっぶるハート	890-0082	鴨池一丁目11番9号	080-8565-0481	-
城西	ヘルパーステーションじゅらく	890-0047	常盤1丁目24番39号	099-814-3737	P8
城西	ヘルパーステーション鶴丸ホーム	890-0024	明和一丁目25-11	099-233-6610	-

# 基準緩和型サービス事業所一覧

(令和4年10月末現在)

## 【生活支援型訪問介護】

□ 北部ブロック    ■ 中部ブロック    ■ 南部ブロック

エリア	指定事業所	郵便番号	所在地	電話番号	掲載ページ
武・田上	コープヘルパーステーション鹿児島	890-0037	広木1丁目1番1号	099-286-1108	-
武・田上	とぞ清風園訪問介護事業所	890-0036	田上台1丁目43番1号	099-286-6661	P7
武・田上	訪問介護コンフォート	890-0031	武岡1丁目113番地30	099-230-7639	-
武・田上	訪問介護ステーション ケアサボ	890-0031	武岡1丁目46番2	099-807-2274	-
武・田上	ヘルパーステーションゆめ	890-0034	田上5丁目8番19号 YMコーポ203	099-811-2504	-
鴨池南	オーシャンヘルパーステーション	892-0082	紫原2丁目18番9号	099-210-5236	-
鴨池南	ヘルパーステーション 未来の空	890-0082	紫原2丁目41番7号 バイオレットハイツ 202号	099-296-9490	-
鴨池南	やさしい手宇宿訪問介護事業所	890-0073	宇宿3丁目1番1号 カワイビル2階	099-214-3012	-
谷山北	訪問介護ステーションフレンド	891-0104	山田町450番地	099-260-6150	-
谷山北	清谿園訪問介護ステーションおかめ会	891-0104	山田町3801番地	099-264-0012	P9
谷山北	ヘルパーステーション あげぼの	891-0104	山田町2021番地	099-201-1050	-
谷山北	ヘルパーステーション せせらぎ	891-0102	星ヶ峯3丁目28番1号	099-284-7333	P9
谷山北	ヘルパーステーション 縁と笑	891-0103	皇徳寺台3丁目33番12号	099-299-7760	-
谷山中央	生協ヘルパーステーションたにやま	891-0141	谷山中央3丁目4582番地 谷山中央ビル5階	099-260-3009	P9
谷山中央	ふくしサービスセンターミナミ	891-0114	小松原1丁目64番25号	099-267-0001	-
谷山南	総合支援センターびびんこ	890-0150	坂之上三丁目8番1号	099-204-9808	-
谷山南	ホームヘルパーステーション旭ヶ丘園	891-0133	平川町1382番地	099-262-2222	-

# 基準緩和型サービス事業所一覧

(令和4年10月末現在)

## 【ミニデイ型通所介護】

□ 北部ブロック ■ 中部ブロック ■ 南部ブロック

エリア	指定事業所	郵便番号	所在地	電話番号	掲載ページ
上町	城山苑デイサービスセンター	892-0854	長田町32番1号	099-219-6032	P11
伊敷台	デイサービスセンター湯の里	892-0862	坂元町1087番地1	099-210-7435	-
西伊敷	デイサービスセンター ひまわり園	891-1205	犬迫町5407番地2	099-238-5741	P10
西伊敷	くすの木デイサービスセンター	891-1205	犬迫町7771番地	099-245-4321	P10
西伊敷	済生会ヘルスサポートセンター武岡	890-0022	小野町2427番地2	099-283-6880	P11
西伊敷	デイサービス ひだまり	891-1202	西伊敷6丁目10番4号	099-248-7797	P11
吉野	ケアガーデンてらやま デイサービスセンター	892-0871	吉野町10877番地18	099-295-5005	-
吉野	ゆたかのもりの花棚クラブ	892-0877	吉野2丁目38番13号	099-248-7358	P11
吉野	デイサービスセンターたんぼぼ	892-0873	下田町353番地	099-294-0234	P10
吉野	総合デイ睦園生き生きクラブ	892-0871	吉野町6077番地56	099-244-5588	-
吉田	ヒューマンヒルズたなか	891-1305	宮之浦町938番地1	099-293-7210	-
吉田	デイサービスセンター とき	891-1301	西佐多町164番地1	099-295-1511	-
郡山	愛泉園デイサービスセンター 通所介護事業所	891-1102	東俣町127番地1	099-298-8331	P10
鴨池北	デイサービス昭和クラブ	890-0051	高麗町27番19号	099-252-5625	P12
鴨池北	デイサービス第二昭和クラブ	890-0065	郡元三丁目1番22号 2階	099-297-5601	P13
鴨池北	デイサービスあいがて真砂	890-0066	真砂町74番4号 ユウセイ丸進ビル101	099-814-7717	P12
鴨池北	デイサービスおたふく郡元 (ミニデイ華宵亭おたふく郡元)	890-0065	郡元1丁目15番5号 井出ビル	099-297-4433	P12
鴨池北	デイサービス 第三昭和クラブ	890-0056	下荒田一丁目35番20号	099-297-6415	P13
城西	デイサービスセンターじゅらく常盤	890-0047	常盤1丁目24番39号	099-204-0200	P13
武・田上	とそ清風園デイサービスセンター	890-0036	田上台1丁目43番1号	099-286-6364	P12
谷山北	デイサービス縁と笑	891-0103	皇徳寺台3丁目33番12号	099-266-5851	-
谷山中央	生協デイサービスセンター・ 虹の家たにやま	891-0141	谷山中央6丁目 10番14号	099-269-9155	P14
谷山中央	デイサービス・愛	891-0141	谷山中央1丁目4250番地	099-801-3682	-
谷山南	デイサービスセンター旭ヶ丘園	891-0133	平川町1382番地	099-262-6916	-



# 基準緩和型サービス事業所一覧

(令和4年10月末現在)

## 【運動型通所介護】

□ 北部ブロック ■ 中部ブロック ■ 南部ブロック

エリア	指定事業所	郵便番号	所在地	電話番号	掲載ページ
伊敷台	デイサービスセンター七福神	890-0021	小野2丁目8番15号	099-228-5729	P16
西伊敷	デイサービスセンター ひまわり園	891-1205	犬迫町5407番地2	099-238-5741	P15
西伊敷	済生会ヘルスサポートセンター武岡	890-0022	小野町2427番地2	099-283-6880	P16
吉野	デイサービスセンター元気の里 ゆくさ鹿児島館	892-0871	吉野町3073番地13	099-298-9551	P15
吉野	シニアフィットネス フォレスト	892-0873	下田町1763番地	099-244-9101	P15
吉野	now more	892-0877	吉野町2丁目13番13号	099-221-0221	P15
中央	厚地健康増進センター	892-0841	照国町13番37号6F	099-226-1165	P17
鴨池北	運動型通所介護サービス 高齢者インナーマッスル フィットネス教室 あさひな	890-0067	真砂本町53-12	099-258-4903	P17
鴨池北	ウェルネス セブン	890-0054	荒田2丁目2番11号 松永ビル1階	099-298-1250	P18
鴨池北	リハビリテーションハレ	890-0063	鴨池1丁目16番8号101	099-800-3430	-
城西	デイサロンピース草牟田	890-0014	草牟田二丁目29番10号	099-295-0355	P18
武・田上	コープデイサービス田上にじいろ	890-0037	広木1丁目1番1号	099-286-1171	-
松元	薩摩健康運動塾	899-2704	春山町1274番地1	070-4702-6612	P17
松元	松元通所介護事業所	899-2703	上谷口町3366番地5	099-278-4358	P17
谷山中央	アステラス体操教室	891-0116	上福元町3737番地2	099-203-0323	P19
谷山北	OLD'S GYM	891-0105	中山町1590番地13	099-800-4363	P20
谷山南	早稲田イーライフがじゅまるの木	891-0150	坂之上4丁目1番5号 第2吉達ビル101	099-262-2227	P19
谷山南	運動型通所介護サービス ジェスパ	891-0144	下福元町2635番地	099-263-3070	P19
谷山南	デイサービスセンター 坂之上	891-0150	坂之上四丁目14番22号	099-296-9929	-
喜入	運動型通所介護リハビリセンター きいれ	891-0205	喜入前之浜町7808番 地1	099-343-1176	P19