

みんなの家・南中野



身体機能維持・向上継続の方に特にオススメです！

入居特典

PT(理学療法士)による

定期的な身体機能状況の把握を目的とした

機能訓練+身体評価

ご入居者様 全員無料

新規
入居の方
限定

PT(理学療法士)による

個別リハビリ

60分×15回分 無料

※新規入居者様向けの入居特典については予告なく変更または終了する場合がございます。予めご了承ください。

筋力強化や歩行練習などお客様に合わせたプランをご提供



入居金

月額利用料

0円 20万 3,520円(税込)～

※医療・介護保険負担別途

〒337-0042 埼玉県さいたま市見沼区南中野1051-1

みんなの家・南中野
事業所ページは
こちらから↓



運営会社

ALSOK介護株式会社

<https://kaigo.alsok.co.jp>

問い合わせ



フリーコール

受付時間 8:30～17:30

(土・日・祝日含む毎日対応)

0120-294-772

みんなの家・南中野

検索

2025.10

PTによるリハビリプログラムのご紹介

～お一人おひとりに合わせたプランのご提供が可能です～

身体機能維持・向上を目的に関節可動域運動・筋力強化運動や動作練習などの理学療法プログラムを実施

〈ホームでのリハビリの様子〉



【平行棒・ステップ台を使用した運動】

平行棒は両手で体重を支えることができるため、安全な環境で運動を行えます。立ち上がり練習や歩行練習、片足立ちまで様々な運動を実施し、効率的に筋力を鍛えることが可能です。



【ピラティスボール運動】

座った状態や立った状態でキャッチボールや腕の上げ下ろし運動、ボール蹴り運動などが実施可能です。この運動では自然と腕や足を大きく動かすため、万遍なく全身を動かすことができます。



【自転車漕ぎの運動】

座りながらの有酸素運動が行えます。車いすを使用しており歩行が難しい方、体重をかけると関節に痛みがある方でも使用可能です。

ご希望に応じて、動作の安全面を評価したうえで、屋外散歩などの運動も可能

PT（理学療法士）より

ご入居者様・ご家族様に望まれる生活をおくることができるように、ご希望・目標に寄り添い、リハビリを通じてお力になれるように取り組んでまいります。



介護老人保健施設、総合病院、訪問看護ステーション勤務経験あり



【屋外歩行】

段差や坂道に注意しながら、体力の低下を防いでいきます。

事例

90歳女性

大腿骨頸部骨折後、車いす（自走）でのホーム生活



実施回数：週2回、60分と30分のリハビリを実施

実施内容：筋力強化運動や歩行練習を実施

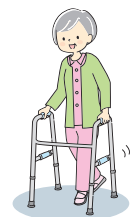
提案内容：歩行器の使用を提案



ご本人希望：一人で歩けるようになりたい

ホームの協力もあり、歩行器での歩行練習や食堂への見守り歩行が可能に！

日中居室内を歩行器使用にて生活できることを目標にリハビリ継続中！！



頻度・時間制限なしの保険外（自費）リハビリのご相談も可能ですので、お気軽にご相談ください！

※別途ご希望の方はお申込みが必要となります。費用：1時間8,800円、30分4,400円（税込）