



身体を動かして活動力アップ！  
介護予防に力を入れています。

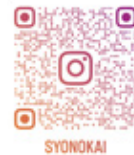


### アクセス



交通 JR 茅ヶ崎駅北口より  
鶴が台団地行きバス  
「鶴が台名店街入口」下車徒歩 3 分

所在地 〒253-0003  
茅ヶ崎市鶴が台 10-4-102



見学やご利用の  
ご相談はこちら。  
お気軽に  
お問い合わせ  
下さい！

☎ 0467 (40) 4567

FAX 0467 (40) 4561

受付時間 月曜日～金曜日

午前 8 時 30 分～午後 5 時 30 分

社会福祉法人  
翔の会

PLATFORM つるつる  
platform tsurutsuru



通所型サービス  
(国基準・サービス A)  
地域密着型通所介護事業

<https://www.syonokai.jp>



# PLATFORM つるつる platform tsurutsuru

高齢者のためのデイサービスです。  
利用時間は午前・午後それぞれ3時間です。  
特に介護予防に力を入れており、専門家の指導による運動や体操を行い、身体機能の維持、活動力のアップをサポートします。

## 何ができるの？

体操や運動器機能訓練、柔道整復師によるマッサージ等の他にお誕生日会、秋祭り、運動会、クリスマス会、また書道教室や手芸教室など様々なイベントを地域の方と一緒にしています。一般利用も歓迎します。

## 開所日・時間

月曜日～金曜日 8:30～17:30

※土・日および年末年始(12/29～1/4)は休業いたします。

## 定員

午前の部、午後の部ともそれぞれ10名です。

## ご利用方法

まずはこちらにお問い合わせ下さい。  
PLATFORM つるつる 0467-40-4567

## 1日の流れ

【午前の部】 9:30～12:40

【午後の部】 13:30～16:40

**基本プログラム** ※ライフスタイルに合わせて選べます。

9:30	バイタル測定	13:30
10:00	丹田呼吸法	14:00
10:35	リハビリ体操	14:35
11:15	筋トレ体操	15:05
12:00	レクリエーション	16:00
12:40	帰宅	16:40

## フォトギャラリー



沖縄民謡生演奏会



機能訓練

専門家によるマッサージ



呼吸体操

リハビリ体操



エアマッサージ

筋トレ体操

