

2022年7月 新規開設



「**絵画講座**」を受けながら介護予防 すいらんアートデイサービス

〈通所型サービスA〉  送迎あり

前橋市在住

要支援1・2、
基本チェックリスト該当※の65歳以上
の方が対象です

「絵を描く」ことを通して
いつまでも生き生きと自分らしく
“心の鏡”をみがくように

「絵を描くこと」で頭をフル回転！
絵の好きな仲間と会っておしゃべり、
体操をして健康な体を維持し、
認知症や閉じこもりの予防をしましょう！

すいらんでは、絵の初心者から経験者まで、
本格的に絵を描くことができます。

※基本チェックリストの該当は次ページにてご確認ください

スケジュール 営業日：火～金（祝日を除く）

午前の部 午後の部

定員：〈午前〉7名 〈午後〉7名



10:00 14:00

送迎（お迎え）

健康チェック

10:20 14:20

制作前の準備体操

10:40 14:40

絵を描く 合間にお茶休憩

12:15 16:15

制作後のストレッチ

12:30 16:30

送迎（お送り）



SUIRAN ART DAY SERVICE

お問い合わせは事務局 (027-223-6312 又は info@suiran.com)まで

基本チェックリスト

○回答欄の「はい」または「いいえ」を○で囲んでください。

No.	質問項目	回答	
1	バスや電車で1人で外出していますか	0.はい	1.いいえ
2	日用品の買物をしていますか	0.はい	1.いいえ
3	預貯金の出し入れをしていますか	0.はい	1.いいえ
4	友人の家を訪ねていますか	0.はい	1.いいえ
5	家族や友人の相談にのっていますか	0.はい	1.いいえ
6	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	0.はい	1.いいえ
7	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	0.はい	1.いいえ
8	15分位続けて歩いていますか	0.はい	1.いいえ
9	この1年間に転んだことがありますか	1.はい	0.いいえ
10	転倒に対する不安は大きいですか	1.はい	0.いいえ
11	6カ月間で2~3kg以上の体重減少がありましたか	1.はい	0.いいえ
12	身長 cm 体重 kg (BMI=) BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m) が18.5未満の場合に該当(1.はい)とする。		
13	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	1.はい	0.いいえ
14	お茶や汁物等でむせることがありますか	1.はい	0.いいえ
15	口の渇きが気になりますか	1.はい	0.いいえ
16	週に1回以上は外出していますか	0.はい	1.いいえ
17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	1.はい	0.いいえ
18	周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあるとされますか	1.はい	0.いいえ
19	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	0.はい	1.いいえ
20	今日が何月何日かわからない時がありますか	1.はい	0.いいえ
21	(ここ2週間) 毎日の生活に充実感がない	1.はい	0.いいえ
22	(ここ2週間) これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	1.はい	0.いいえ
23	(ここ2週間) 以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる	1.はい	0.いいえ
24	(ここ2週間) 自分が役に立つ人間だと思えない	1.はい	0.いいえ
25	(ここ2週間) わけもなく疲れたような感じがする	1.はい	0.いいえ

分類	全体像	運動器機能向上	栄養改善	口腔機能向上	閉じこもり予防	物忘れ予防	うつ予防
問No.	問1~20	問6~10	問11~12	問13~15	問16~17	問18~20	問21~25
該当	10項目以上で該当	3項目以上で該当	2項目以上で該当	2項目以上で該当	問16に該当	1項目以上で該当	2項目以上で該当
1の数を記入してください	/20	/5	/2	/3	/2	/3	/5

●すいらんアートデイサービスのご利用には、
基本チェックリストと基本チェックリスト実施申込書をお住まいの地域の地域包括支援センターに提出する必要があります。