

# 短期集中リハビリ教室(C型)

ふらついて転倒しそうなので、外出を減らしている。

調理や掃除が行いにくくなってきた。

入浴時の転倒が心配。

手術を受けて退院したけれど、体力・筋力が落ちて以前できていたことができなくなった。



そんな方のために、**短期間のリハビリを目的とした教室プログラム**があります！！

リハビリの専門職が自宅へ訪問  
目標を決めて、  
運動に取り組みましょう。  
日常生活における  
アドバイスも行います。



リハビリ職と検討した3か月の  
特別プログラムを教室で実施！

訪問でのアドバイスも行います！



最終訪問  
目標達成の確認



3か月の運動の教室と、リハビリ専門職(理学療法士・作業療法士)が日常生活等のアドバイスを自宅にて行う訪問を組み合わせたプログラムを実施します。ご自身の目標に合わせて積極的に取り組みましょう。

## ☆対象者

介護保険の要支援1・2又は事業対象者の方で、現在、通所サービスや訪問でのリハビリ専門職によるサービスを利用されていない方。

## ☆教室の曜日、時間

火曜日と金曜日の10時～11時30分  
週2回、基本3か月間の教室です。

## ☆利用料金

1か月 2,000円  
(途中で参加を取りやめても返金はありません。)

## ☆教室の場所

保健福祉総合センター4階 多目的室4-1  
(必要な方には送迎を行いますのでご相談下さい。)



## ☆教室の流れ

### ①面接(地域リハビリテーション活動支援事業)

リハビリ専門職と地域包括支援センター職員またはケアマネジャーがご自宅にお伺いし、体の状態や困っていること、本人の希望などを確認し、短期集中リハビリ教室(C型)にご参加いただけるかどうか検討します。

### ②C型初回訪問

リハビリ専門職と地域包括支援センター職員またはケアマネジャーがご自宅にお伺いし、具体的な目標を設定し、教室で行う運動プログラムを検討し、日常生活におけるアドバイスを行います。

### ③教室参加

目標達成に向けて積極的に取り組んでいただきます。教室にて3か月間集中的に運動を行います。参加前後に体力測定を行い、効果を確認します。教室参加中もリハビリ専門職がご自宅にお伺いし、目標達成状況等を確認します。

### ④C型最終訪問

リハビリ専門職と地域包括支援センター職員またはケアマネジャーがご自宅にお伺いし、3か月間の成果を一緒に確認し、今後の生活に役立てましょう。

### 【申し込み】

担当の地域包括支援センター職員、もしくはケアマネジャーにご相談下さい。

【担当者】池田市役所 健康増進課 駒田

電話:072-754-6032