



リハビリ便り



過ぎしやすい気候からジメジメとした梅雨の時期に突入しました。皆さんいかがお過ごしでしょうか。雨の日が多くなったことで外出機会が減り、体力低下を来しやすい時期ですので、体調の管理には一層の注意をしていきましよう。さて、今回は**短時間通所リハ**、**リハビリテーション**（以下、**短時間通所リハ**）についてご紹介をします。

短時間通所リハとは？

介護保険を利用したサービスとなります。要支援・要介護の介護認定を受けている方を対象とし、**1時間以上2時間未満**の短時間で目標に応じた運動や生活動作の訓練を実施しています。また、ご自宅までの送迎も行っています。

こんな声にお応えします！

・運動を中心とした短時間のリハビリに取り組みたい！

・自宅での入浴動作獲得に取り組みたい！

・畑作業が出来る様になりたい！

など、ご利用者の様々な希望にお応えします！お気軽にご相談ください！

利用日の過ごし方は？

① ご自宅まで送迎

② バイタルチェック

③ 準備体操

④ 自主訓練

・リハスタッフ対応

⑤ ご自宅へ送迎

どんなことをするの？

ご利用者からの「○○がしたい！」、「○○が出来る様になりたい！」を聞き取り、目標が達成出来る様にお手伝いをさせて頂きます。自宅で出来ることを増やし、外出や余暇活動への参加に繋げられるよう在宅支援をおこないます。

当事業所の特徴

○ **自主トレーニングの指導**
自宅でも行えるように個別で自主練習をリハスタッフが考え、指導します。

○ **リハスタッフによる対応**
定期的な身体機能の評価や、目標に応じたプログラムを立案し、運動や動作訓練等を行います。

○ **健康管理**
利用時、看護師による血圧・脈拍測定、体調確認を行います。



お知らせ

【大分市パワーアップ教室】

当法人では、大分市の事業「パワーアップ教室」を受託しています。体力の低下を自覚し始めた方、閉じこもりを予防したい方にピッタリの教室です。3ヶ月間、集中的に身体機能の改善を図る事が期待出来ます。見学も可能で、随時参加を受け付けています。



【対象となる方】

- ・65歳以上
- ・要支援1,2
- ・チェックリストにて「事業対象者」に該当

【教室詳細】

場所：天心堂デイセンター 料金：毎月500円
日時：毎週木曜日 9：30～11：30 ★無料送迎あり

【問い合わせ先】

リハビリテーション科
担当：後藤伸太 電話 (097) 597-5777