



# 令和4年度通所型サービスC リハビリテーション専門職同行訪問事業等の拡充について

茨木市 健康医療部 長寿介護課



# 通所型サービスC（元気いっぱつ教室）

R4  
版

茨木市短期集中型予防サービス（通所型サービスC）

## 元気いっぱつ教室のご案内

### 教室を利用できる人

事業対象者、要支援1・2認定の人のうち、

「歩くことが不安で外出しにくくなった」

「掃除や買い物などの家事がしにくくなった」などの方に対し、

一人ひとりに合った運動に取り組み、改善を目指すためのサービスです。

開催  
場所

クリエイトセンター3階  
駅前四丁目6番16号



費用

無料



日時

月曜日・火曜日・水曜日（火曜日の午前なし）  
午前：10時～11時30分  
午後：13時30分～15時

プロ  
グラム

全12回/3か月をめぐり、運動に取り組みながら、  
生活場面でのアドバイスや自主トレーニング方法などを  
お伝えします。

問合せ先 茨木市長寿介護課 TEL：072-620-1637

骨折や関節の痛み・入院などで、一時的に体力が低下している方に、  
ひとりひとりに合った運動に取り組んでいただき、いつまでも元気で  
過ごしていただくことを目的とした、短期集中型のサービスです。

### 特 徴

ひとりひとりに合わせた運動  
メニューを提案します

看護師による健康チェックを  
しながら、運動に取り組んで  
いただけます

必要に応じて、送迎サービ  
スを実施します（利用要件あり）

ご自宅でも取り組んでいた  
けるような運動メニューを提  
案します

必要に応じて、実際の生活場  
面でのアドバイスをを行います

サービス期間が終了した後  
は、その後の方向性について、  
振り返りの場を設けます

- ● ● サービスの流れ ● ● ●
- 1回目 生活課題の確認  
生活場面のアドバイス・自主トレーニング
  - 2～11回目 クリエイトセンターに通って運動プログラム  
運動効果の確認・自主トレーニング内容の再調整
  - 12回目 目標達成状況の確認、今後について



次なる  
茨木へ。  
木には、次がある。

# 通所型サービスC（短期集中リハビリトレーニング）

次なる  
茨木へ。

茨木市介護予防・日常生活支援総合事業  
通所型サービスC

～住み慣れた茨木で望む暮らしを続けるために～

## 短期集中リハビリ トレーニング

- 歩くことが不安で外出しにくくなった
- 掃除や買い物など家事がしにくくなった
- お風呂に入りにくくなった
- 以前できていたことができなくなってきた

と思われることはありませんか？

このサービスでは、高齢の方が元の生活を取り戻し、望む暮らしを続けていただくことができるよう、リハビリの専門職などが生活上のアドバイスを行います。



元の生活を取り戻したい！  
元氣になりたい！



### ● サービス内容 ●

対象	要支援1・要支援2の認定を受けている方 事業対象者（基本チェックリスト該当者）
利用方法	地域包括支援センターまたは、担当ケアマネジャーに相談の うえ、各サービスC事業所へご連絡ください
料金	無料
期間	週1回の利用を12回（約3か月）
時間	1回あたり2時間程度
送迎	必要に応じて実施

住み慣れた茨木で

## 元の生活を取り戻し「望む暮らし」を続けるために

元の生活を取り戻し、望む暮らしを実現できるよう、専門職と一緒に考えます。  
サービス利用日以外の週6日をどう過ごすかについて、日常生活の活動状況をお聞きしながら、より活動的に過ごすためのポイントを、リハビリ専門職（理学療法士・作業療法士）などがアドバイスします。

### ● 実施プログラム（1回2時間程度） ●

#### セルフマネジメント面談

お一人おひとりの取り戻したい元の生活や望む暮らしを踏まえながら、自己・リハビリ専門職が面談を実施します。  
面談では、日常生活の活動状況などをお聞きし、日常生活をより活動的に過ごすために必要なアドバイスをを行います。  
日常生活における活動量を増やすことで、望む暮らしの実現を一緒にめざしていきます。



物の音が利かなくなると、目や耳の機能が低下して音が聞こえにくくなるので、目や耳の機能を高めるためのトレーニングを行います。

#### 個別セルフトレーニング

お一人おひとりの身体の状況に合わせた運動方法など、リハビリ専門職のアドバイスを受けながら、セルフトレーニングを実施します。  
杖さがり・立上り・入浴・更衣・歩行など、日常生活での身体の動かしかのアドバイスをいたします。



#### 体力測定

月1回

月1回（朝・中・終）実施し、体力測定を実施します。  
ご自身の現在の体力や体力的変化を客観的に把握することにより、体を動かす意欲や健康に対する意識を高めていただけるよう支援します。



#### 社会参加の支援

随時

何らかの形で社会に参加することが日常生活における活動量を維持し、介護予防や健康状態を維持することにつながると思われています。  
お一人おひとりの興味や関心のあることに合わせて、望む暮らしを続けていただけるよう、身近な形態にある探検教室などの情報をお伝えします。



#### 栄養・口腔に関する個別面談

それぞれ月1回

健康を維持するためには、運動だけでなく栄養バランスや口腔機能（食べる・話す・飲み込む）にも気を配ることが大切です。  
栄養士や管理栄養士の専門職から、栄養管理や口腔機能向上に向けたアドバイスをそれぞれ月1回ずつ行います。



次なる  
茨木へ。  
茨木には、次がある。

# 令和4年度の通所型サービスC

## 元気いっぱい教室

場所	圏域	開所日	時間	職種	内容	問合せ先
市民総合センター (クリエイトセンター)	全域	月・火・水曜日 午前・午後 (火曜日午前除く)	90分/回	健康運動指導士 看護師 補助員	・運動器の機能向上 ・セルフトレーニング指導	長寿介護課 072-620-1637

## 短期集中リハビリトレーニング

場所	圏域	開所日	定員	時間	職種	内容	問合せ先
在宅複合型老人介護施設 天兆園 安威二丁目10番11号	北圏域 が主体	木曜日 午後	5人/回	120分/回	理学療法士 作業療法士 看護師 (管理栄養士など)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・セルフマネジメント支援 (はつらつパスポート～みんなで元気編～を活用)</li> <li>・運動器の機能向上 (セルフトレーニング指導)</li> <li>・栄養改善面談</li> <li>・口腔機能向上面談</li> <li>・ADL/IADL動作練習</li> <li>・社会参加支援</li> </ul>	072-640-3965
介護老人保健施設 ひまわり 南春日丘七丁目9番18号	西圏域 が主体	火曜日 午後					072-621-2691
じんないケアセンター 喜楽 中津町5番3号	中央圏域 が主体	木曜日 午後					072-652-0194
西河原 デイサービスセンター 西河原二丁目17番4号	東圏域 が主体	水曜日 午前					072-621-1343

5月11日(水)開始予定

# リハビリテーション専門職同行訪問事業実施エリア

令和4年度は、3圏域8エリアを重点的に実施します。

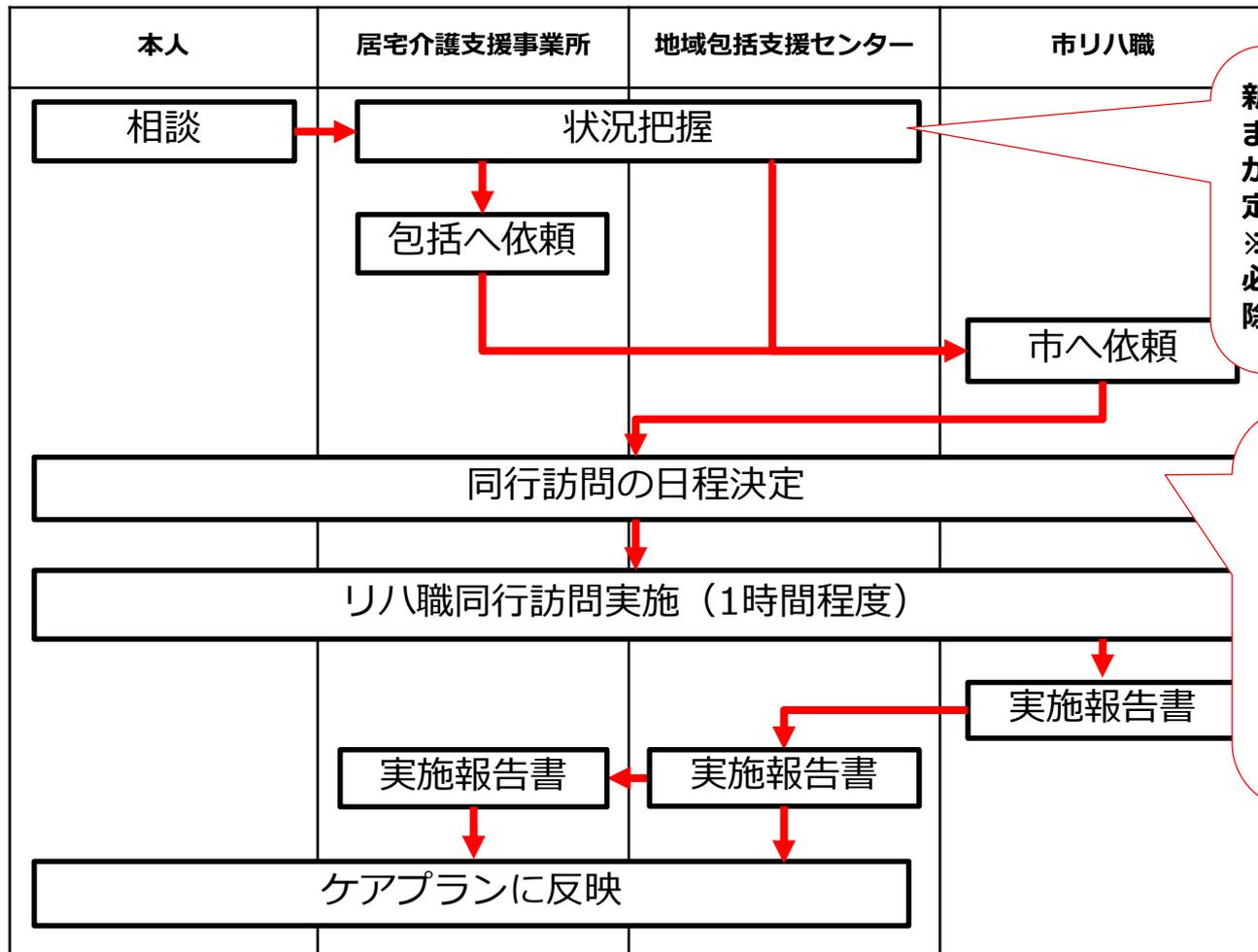
※その他のエリアについても随時実施いたしますのでご相談ください。

令和3年度	
圏域	エリア
北	清溪・忍頂寺・山手台
	安威・福井・耳原
	豊川・郡山・彩都西
東	太田・西河原
	三島・庄栄
	東・白川
西	春日・郡・畑田
	沢池・西
	春日丘・穂積
中央	茨木・中条
	大池・中津
南	玉櫛・水尾
	玉島・葦原
	天王・東奈良



令和4年度（4月18日から）	
圏域	エリア
北	清溪・忍頂寺・山手台
	安威・福井・耳原
	豊川・郡山・彩都西
東	太田・西河原
	三島・庄栄
	東・白川
西	春日・郡・畑田
	沢池・西
	春日丘・穂積
中央	茨木・中条
	大池・中津
南	玉櫛・水尾
	玉島・葦原
	天王・東奈良

# リハビリテーション専門職同行訪問事業利用フロー図



新たに総合事業サービスを利用予定、またはフレイル等により何らかの支援が必要と思われる方（65歳以上、認定なし・事業対象者・要支援1・2）  
 ※明らかな要介護状態、継続的支援が必要、通所型サービスC利用の場合は除く

あらかじめ、ご本人様に同行訪問の了解を得ておいてください。基本情報や相談票、基本チェックリスト等がなくても同行訪問は可能ですが、事前に情報があるほどより効果的な訪問が可能です。これらの情報がある場合は、同行訪問前に包括へご提出いただくか、同行訪問当日に資料をお持ち下さい。

次なる  
 茨木へ。  
 茨木には、次がある。

## 短期集中運動教室 ※一般介護予防事業のためケアプラン不要

- ・令和4年度から西河原多世代交流センターを追加
- ・「体力に自信がない」などプレレイルの方の利用を想定
- ・1クール10回（週1回）、年間4クール、事前申込制、無料、年度内1クールのみ利用可
- ・第1クール(4月開始分)は4月4日（月）から電話受付(以降のクールは、広報いばらき等で随時周知)

場所	圏域	実施日	時間	職種	内容	申込先
福井多世代交流センター	北	金曜日 午前	90分/ 回	健康運動指導士 介護予防運動指導員等	セルフマネジメントの 定着支援 ・セルフプランニング ・セルフトレーニング 指導 ・セルフモニタリング	長寿介護課 072- 620-1637 (平日：午 前9時～午 後5時まで)
沢池多世代交流センター	西	木曜日 午前				
南茨木多世代交流センター	南	金曜日 午前				
西河原多世代交流センター	東	木曜日 午前				

**重要**

## 「視聴後アンケート」について

今後のより良い運営に活かすため、「視聴後アンケート」の回答に、ご協力よろしく申し上げます。(〆切R4.4.28)



茨木市 健康医療部 長寿介護課



次なる  
茨木へ。

茨木には、次がある。