

自分らしい生活を取り戻そう！

宝 塚 市

リエイブルメント プログラム

短期集中リエイブルメント型サービス
(3カ月間)

転びそうで
外出できない

歩くのがしんどく
なってきた

趣味をもう一度
楽しみたい

リエイブルメントとは、「再びできるようになる」という意味です。
このプログラムでは、心身の状況に合わせて、理学療法士や作業療法士
などの専門職があなたらしい生活を取り戻すためのサポートを行います。

利用料
無料

送迎付き

卒業特典
あり

(スポーツジム利用券)

お申込みは担当の地域包括支援センターまで

※令和8年度は御殿山、小浜エリアのみでモデル的に実施しています



対象者

※おひとりでの生活がむずかしい、認知症、末期がん、難病などがある場合は対象外です。

自立に向けた意欲があり、以下にあてはまる方

①**要支援 1・2**の認定をお持ちの方

基本チェックリストによる該当者（事業対象者）

②**医療系、リハビリ系の介護予防サービス**を利用していない方

※詳しくは担当の地域包括支援センターにご相談ください。



プログラム内容

（毎週水曜日もしくは金曜日の9:30～11:00）



①リハビリテーション専門職同行訪問

・リハビリテーション専門職（理学療法士または作業療法士）が地域包括支援センター職員と一緒に**ご自宅を訪問し、身体機能、生活機能の評価**を行います。

・訪問時に住環境のチェックや生活上での困りごとを聞き取り、**自立に向けたアドバイスや目標設定を提案**します。

②短期集中リエイブルメント型訪問・通所一体型サービス

・3か月間で**通所サービスを10回、訪問サービスを2回**、合計12回のサービスを実施します。

・通所サービスでは、**個別面談**を通じて、マシンを使わずに自宅で行き組める運動メニューの作成、具体的な目標設定、体操のプログラム等のほか、週替わりで栄養、口腔等のテーマに沿ったプログラムを行います。

・訪問サービスでは、自立に向けた生活場面におけるアドバイス、自宅環境の確認等を行います。

・各回の所要時間は、**通所の場合は1.5時間、訪問の場合は1時間程度**です。



利用までの流れ

①担当の地域包括支援センターに相談し、対象になるか確認。

②リハビリテーション専門職による同行訪問を申請。

③短期集中リエイブルメント型訪問・通所一体型サービスの利用を申請

