

通所リハ 健康の家



私たち健康の家の職員は
『リハビリテーション＝社会復帰』の専門家として、
利用者様、ご家族様の「したい、なりたい」を
徹底的に支援します

営業時間／8:30～17:30

営業日／月～土曜日、祝日（1月1日から1月2日のみ営業なし）

〒910-0855

福井県福井市西方1丁目2-11 いちご在宅支援センター1階・2階

TEL.0776-30-0162

FAX.0776-30-0163

介護事業所No／1810119840

体験・見学随時対応して
おります！
お気軽にお問合せ下さい！



サービスの特色

結果の出るリハビリの仕組み(リハビリテーションマネジメント)

利用者一人一人に専門職の担当者がつき、利用者様の調査・計画・実行・確認・改善を繰り返す中で利用者様、ご家族様の「したい・なりたい」を徹底的に支援いたします。



調査

実際の生活環境を専門職が直接評価します。本人の能力、家人の能力、家屋環境を確認することで、リハビリの計画として今後何をやる必要があるのかが、具体的にになります。



計画

多様な職種が問題解決に向けて計画を作ります。調査を基に、通所リハビリとして、何を行っていくかを話し合い、計画書を作成します。いつ、どこで、なんのために、何をするか。具体的にプランを作成します。



実行

調査と計画を基に、目的に向かった支援を実行します。実行には多彩な職種が関わります。実行した結果は客観的に記録を行い、評価に繋げていきます。



評価

目標に対してのプランを実行して、効果が出たのか、出していないのか。具体的な数値やチームの話を基に検討を行います。



改善

評価での検討を基に計画の見直しを行い、計画を改善していきます。能力の変動に応じて、再度調査や計画を行います。



◎職種・資格

職種: 管理者、リハビリ職員、介護職員、看護職員、歯科衛生士、管理栄養士

資格: 理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、介護福祉士、初任者研修修了者、健康運動実践者、健康運動指導士、看護師、歯科衛生士、管理栄養士 等

◎個人シート

利用者様が通所に来所されてから、いつ、どこで、何のために、どのように、何をするのか、情報が具体的にひとつのファイルにまとまっています。ご自身で記入することで意欲的にリハビリに取り組むことができます。



利用曜日		月		日	
再発防止に注意し、体調を整える事ができる					
目標 フロア内をふらつき無く歩く事が出来る 休まずに通所し、疲れやすさを改善できる					
来所 バイタル測定	個別運動 機械運動	口腔体操 帰宅			
息切れ・疲労に注意しながら活動しましょう ○ポンペの充電量が少ない場合は、充電してから帰宅しましょう 水分を多めに摂るようにしましょう					
個別活動チェック表					
ステップ昇降	歩行距離 歩行回数	自立			
マット運動	別紙参照	自立			
ニューステップ	10分 歩行3	ケア			
パワリハ	①②③	ケア			
連続歩行	フロア内	自立			
塗りつぶし	枠からはみ出さない	自立			
洗濯ばさみ	2本指で	自立			
大ベグ回転		自立			
立ち上がり	9秒かけて 10回～20回	自立			
プーリー	9分	自立			

個別の目標

何時に何をする

共有内容

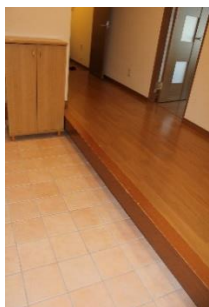
個別の活動
プランと

◎栄養マネジメント

毎月の体重測定結果から、体重減少が著しい方を対象に、月1回、栄養士とカンファレンスを実施しています。食事をしっかり食べているつもりでも、実は内容に偏りがあったり、量が不十分な事で、低栄養状態を引き起こしている事があります。対象の方には、必要に応じて栄養評価の実施、栄養士からの助言を行っています。また、著しい体重の増減は

◎居宅訪問

リハビリ職員が直接自宅を伺い、生活を送るうえで課題となっている動作を、実際の環境で評価し、アドバイスをを行います。



もともと趣味で行っていた畑。障害があっても、環境や方法を手すりの設置や安全な昇降方法のアドバイスをいたします。工夫することで、作業が再度行えるように支援していきます。



車椅子への乗り移りの介助が大変な方に、ご自宅のベッド環境で直接ご家族へ方法の指導を行ったり、道具の提案をさせていただきます。

ご自宅での動作獲得に向け、実際にご自宅に伺い、動作や介助方法の指導、手すりなど福祉用具のご提案をさせていただきます。

生活支援コース ～いつまでも自宅で自分らしく～

サービスの特徴

- ①昼食・入浴サービス付きの1日型通所リハビリです。
- ②生活動作を通してリハビリが行えます。
食事・トイレ・移動(車椅子駆動や歩行)・入浴・起き上がりなど
実際の動作を行いながら、専門的なリハビリが行えます。

こんな方が利用されています・対象者

- 病院を退院して直後の方
(例:ご家族が初めての介護で不安がある方。)
- 在宅での生活にて状態が悪化した方、介護保険の更新にて要支援から要介護になった方
(例:ベッドから立てなくなってきた。食事やトイレが一人ではできなくなってきた。物忘れが増えた。)
- 気管切開、経管栄養、膀胱留置カテーテル等を使用しており、医療的な管理が必要な方
(例:病気はあるが病院や施設に入らず、なんとか自宅生活を長く続けたい。)



ご利用当日の流れ ※時間は一例

※空き時間には個人で組まれたリハビリメニューを行って頂きます。
※退院直後の方を中心に、リハビリスタッフとの個別訓練があります。

6～7時間(9:40～15:50)

- 08:30～ 送迎(事業所の車でお迎えに伺います)
- 来所後～ うがい・手洗い・健康チェック(血圧・体温等)
- 10:00～ あいさつ・ラジオ体操、個人活動
- 11:15～ 【集団】転倒予防等の目的別リハビリ
- 11:40～ 【集団】食事前の口腔体操
- 12:00～ 昼食、片づけ、口腔ケア、休憩 等
- 13:15～ 個人活動
- 14:25～ 【集団】認知症予防リハビリ
- 15:00～ おやつ、帰宅準備
- 15:50～ 送迎(事業所の車でお送りします)



* 入浴:寝台浴, 訓練浴の方は準備が出来た方から順番にご提供します。

4～5時間(10:40～14:50)

- 09:30～ 送迎(事業所の車でお迎えに伺います)
- 来所後～ うがい・手洗い・健康チェック(血圧・体温等)
- 11:15～ 【集団】転倒予防等の目的別リハビリ
- 11:40～ 【集団】食事前の口腔体操
- 12:00～ 昼食、片づけ、口腔ケア、休憩 等
- 13:15～ 個人活動
- 14:25～ 【集団】認知症予防リハビリ
- 14:50～ 送迎(事業所の車でお送りします)



<活動>

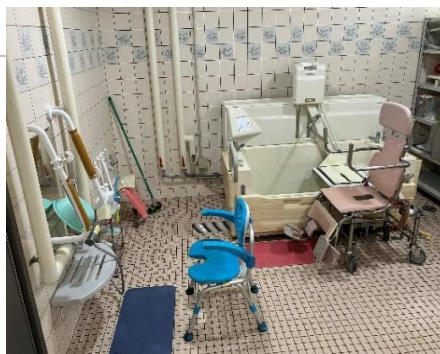


トイレ

車椅子で対応できる広さ、能力に応じて右手すり、左手すりのトイレがあります。
立ち上がりが難しい方でもトイレの練習ができるよう、補高便座の用意もございます。

食事

状態に合わせて食事の練習が行えるように、食器や箸など自助具の種類も充実しています。



入浴(寝台浴)

座る事が難しい方や、気管切開をされている方、体力がない方でも安全に入浴することができます。

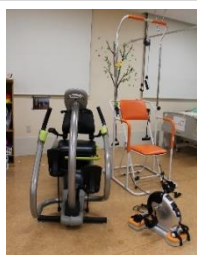
入浴(訓練浴)

自宅やデイサービスでの入浴を目指し、またぎの練習等、状態に合わせた入浴練習を行うことができます。



設備

疲れやすい方の休息や重度の方のポジショニング、ベッド上での運動と幅広くご利用いただけるよう介護用ベッドが7台。
気管切開や胃瘻のある方、吸痰が必要な方でも安心してご利用いただけます。
リラクゼーション器具も揃えています。



活動器具

持久力運動や関節運動・手指の運動などに必要な器具が揃い、必要に応じて運動を行うことができます。

集団リハビリ

怪我予防のための身体のリハビリ、認知機能低下予防のための記憶力のリハビリ、誤嚥予防の口のリハビリを集団で楽しみながら行えます。

自立支援コース



＜サービスの特徴＞

①自分で問題解決が行える様、リハビリの指導に重点をおいています

受け身的なリハビリではなく、自分でリハビリをして自己管理(生活・運動)が行える様に自立支援を行います。
生活が安定し出来ることを増えるように、また活動範囲が広がる様に支援して参ります。

②具体的な目標達成に向けた支援を行います

曖昧な目標では漫然としたリハビリが続くだけになってしまいます。
具体的な目標を共有し、目標達成に向けて本人様を取り巻くご家族様、多職種と一緒に支援します。

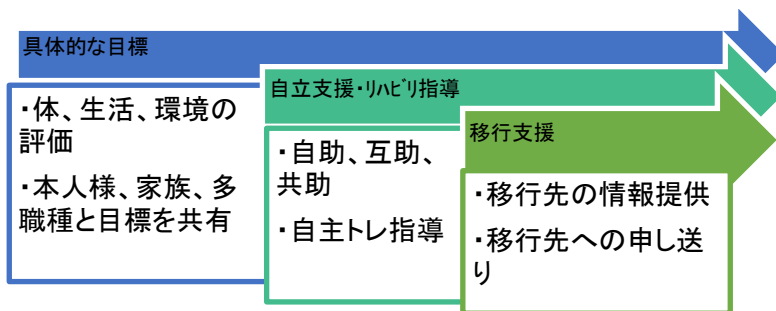


③キレイな雰囲気、活動的な雰囲気

明るい雰囲気でのリハビリに取り組みます。レクリエーションや外出はありません。

④ステップupを目指して、移行支援を行います

住み慣れた地域で自分らしく生きる為の支援の一環として
目標達成の振り返りを行い、活動や参加が盛んなデイサービスや地域サービスへの移行を提案します。



＜こんな方が利用されています・対象者＞

●生活が不安定な方、病院退院後が不安な方

病院を退院直後の方 (例:退院後新しい環境で生活していけるか不安。)
在宅での生活にて不安を感じている方 (例:自宅転倒している。生活の範囲が狭まっている。)

●生活は安定しているが、もっとできることを増やしたい方

(例:自宅まわりを散歩してみたい。畑に行きたい。老人会にまた行けるようになりたい)

＜サービスご利用当日の流れ＞ ※時間は一例

午前(午後)

- 08:30(13:00)～ 送迎(事業所の車でお迎えに伺います)
センター到着、うがい・手洗い・健康チェック(血圧・体温等)
- 09:40(13:40)～ あいさつ、ラジオ体操
- 09:50(13:50)～ リハビリ:自身のプログラムシートをみながら活動、マシントレーニング、自主トレーニング、集団体操 等
- 11:30(15:30)～ 発声体操、帰宅準備
- 11:50(15:50)～ 送迎(事業所の車でお送りします)

※皆様にご理解いただきたい点

- ・食事や入浴の提供はございません。
- ・安全面を考慮し、基本的には**排泄や移動が自立**の方がご利用の対象となります。不安のある方はスタッフまでご相談下さい。
- ・お世話型のケアではなく、**自助・互助を推奨**しています。そのためバイタル測定、個人シートの記入、荷物の管理、飲水なども含めてご自身やご利用者様同士での協力を支援しています。(自助:自分でする 互助:利用者様同士の支え合い)

＜活動＞



ホットパック、メドマー

こわばった筋肉を温めたり、血流を良くすることで痛みの軽減を図ります。



マシントレーニング

筋力や持久力の維持向上を図ります。(身体に障害がある方でも、安全に使用できるよう、職員が付き添います。)



個別に応じたメニュー

体の症状に応じた自主トレメニューを用意しています。自立して運動の機会を増やせるように職員がサポートします。



生活動作練習

歩行・トイレ・入浴・着替え・階段昇降等、生活の中で困っている動作はありませんか？自立して行える方法を一緒に考えていきましょう！！



集団体操

バランス能力や認知機能の維持向上を目的とした集団体操があります。(選択制)

他利用者様と楽しく、競いあいながら運動に取り組むことができます。

サービス実施区域（小学校区域）

木田、豊、足羽、春山、順化、宝永、松本
日之出、旭、和田、円山、啓蒙
岡保、酒生
六条、東郷

※上記以外でも、状況によっては送迎可能な場合もありますので、お気軽にご相談下さい！



施設見学・体験利用について

体験・見学随時対応しております！

※体験利用の場合は送迎ありでお受けしております。別途、体験料500円＋食事代700円（長時間利用の場合）頂いておりますのでご了承ください。

お気軽にお問合せ下さい！

よろしくお願いします

