

墨田区在宅リハビリテーション支援事業

訪問リハビリサポート事業

利用についてのご案内（令和2年4月～）

無料

**運動習慣づくりで
いきいきと暮らしてみませんか？**

**対象者：墨田区民
介護保険や医療保険でリハビリを利用できない方**

この事業には、**3つのメリット**があります！

メリット1 あなたのためのトレーニングメニューを作ります

体の調子に合わせて、無理なく自宅で続けられる
あなたのためだけのトレーニングメニューを
作成します。



メリット2 定期的に自宅でトレーニングを指導します

「ひとりでできるかしら？」と不安な方も大丈夫。
在宅リハビリサポートコーディネーター^{※1}が定期的に
訪問し、直接トレーニングメニューを指導します。
（6か月で4回訪問）



メリット3 かかりつけ医へトレーニング成果を報告します

運動プログラムを作成するにあたり、事前にかかりつけ医から情報をいただきます。

また、6か月間のトレーニングの成果も
かかりつけ医へ報告いたします。

その情報は診療に活かされます。



※1 在宅リハビリサポートコーディネーター：
所定の研修を受け、墨田区に登録された理学療法士（PT）・作業療法士（OT）

★この事業を利用するには・・・

1. スタート まずはお電話

お気軽に相談を！
(東京都リハビリテーション病院)
☎03-3616-8399

2. 東京都リハビリテーション病院を受診

リハビリテーション科の医師が
あなたの状態をチェックします。

3. 在宅リハビリサポートコーディネーターが自宅に訪問

利用者に合わせた個別の運動メニュー（ホームプログラム）を作成し、指導します。

- 1回目（初回訪問）自宅での過ごし方や運動についての評価
 - 2回目（1週間後）個別のホームプログラム指導
 - 3回目（1か月後）
 - 4回目（3か月後）
- フォローアップ指導

在宅リハビリ手帳

リハビリ手帳をお渡しいたします。
運動に取り組んだ結果を自分で記入してください。在宅リハビリサポートコーディネーターが確認をいたします。

4. 6ヶ月後にゴール！ 東京都リハビリテーション病院を受診

6ヶ月後、再び東京都リハビリテーション病院を受診していただきます。リハビリテーション科の医師と在宅リハビリサポートコーディネーターで評価をいたします。

受診の際はリハビリ手帳を持参してください。

※ 医師の判断により、さらに半年間延長することができます。

取り組んだリハビリの成果はかかりつけ医の先生に報告され、診療に役立てていただきます。

【問い合わせ先】 東京都リハビリテーション病院

住所：墨田区堤通 2-14-1

☎ 03-3616-8399（専用電話）

月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分

● 事業委託者：公益社団法人墨田区医師会

● 事業主体：墨田区保健計画課保健計画担当 ☎03-5608-1305