

② 訪問コース

リハビリテーション専門職が自宅に訪問し、動作を改善するための助言、自宅で行う運動プログラム等を提案します。

料金 無料 **利用回数** 5回以内

利用者の声！

家の環境や杖の使い方を
みてもらえて、外出することに
自信がついた！



趣味の畑仕事を
楽しむためにも、
自分のペースでできる
運動を続けたい！



運動や活動の記録					
					合計
					1月
チャレンジしたい運動や活動を入し、行った日に●、行かなかった日に×を記入します					
日	両足あげ	大股節トレーニング	ヒップリフト	立位保持	椅子からの立ち上がり
1日	●	●	●	●	●
2日	●	●	●	●	●
3日	●	●	●	●	●
4日	●	●	●	●	●
5日	●	●	●	●	●
7日	●	●	●	●	●



③ 栄養訪問コース

自宅に管理栄養士が訪問し、食事内容の相談や買い物のコツ、調理方法等をレクチャーします。

料金 無料 **利用回数** 5回以内

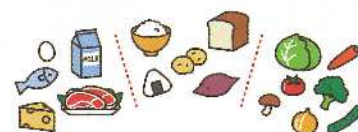
利用者の声！

減塩は難しいと思っていたけど、
意外と**美味しかった！**

少しずつ食べられる
食材が増えた！



10食品群チェック表									
食品群	1	2	3	4	5	6	7	8	9
① 穀類	●	●	●	●	●	●	●	●	●
② 豆類	●	●	●	●	●	●	●	●	●
③ 肉類	●	●	●	●	●	●	●	●	●
④ 魚類	●	●	●	●	●	●	●	●	●
⑤ 卵	●	●	●	●	●	●	●	●	●
⑥ 牛乳	●	●	●	●	●	●	●	●	●
⑦ 大豆	●	●	●	●	●	●	●	●	●
⑧ 野菜	●	●	●	●	●	●	●	●	●
⑨ 果物	●	●	●	●	●	●	●	●	●
⑩ 油脂	●	●	●	●	●	●	●	●	●
合計	7								



医療介護従事者の方へ

リハビリテーション相談支援



迷ったときは、リハビリテーション専門職に相談しませんか？
短期集中予防サービスの利用に関わらず、自立支援に向けたケアマネジメント支援を目的に、サービスや自宅で続けられる効果的な運動方法等について、専門職の視点からアドバイスを聞くことができます。

詳細は
こちらから→



北九州市の委託事業で、市内2か所の医療機関が対応します。

東部地域リハビリテーション支援センター

医療法人共和会
小倉リハビリテーション病院

西部地域リハビリテーション支援センター

社会医療法人共愛会
戸畑リハビリテーション病院