

やまぐち整形外科クリニック 通所リハビリテーション健脚

当事業所コンセプト

高齢者の歩行能力低下・下肢能力機能を改善し、一生自分の足で歩くことができる健康的な地域社会を目指します。寝たきりにならない「健康寿命」を延ばすために大切なことは、認知能力の維持と歩行・移動能力の維持あります。当リハビリでは、特に歩行・移動能力の維持を最大の目標としてリハビリを行います。皆様の歩行能力改善の願いをこめて「健脚」と名付けました。

当通所リハビリテーションの特徴

- リハビリの時間は「70~80分」の短時間型です。
- ご自身の健康状態に合わせて、体を動かすプログラムを提供します。
- 理学療法士等が、ご自身の健康状態、ご希望を踏まえ、個別にプログラムを作成します。
- 目に見えづらい筋力を数値化して、リハビリの効果判定を行います。
- ご希望に応じて、リハビリ前後に送迎を行います。
- 整形外科医師が常駐していますので、整形外科受診にて注射や投薬が可能です。
(※整形外科受診日の送迎は「行き」または「帰り」のみになります)
- 同じ敷地内に内科もあり受診しやすい環境です。
- 見学は隨時受け付けております。お気軽にお問い合わせください。

対象者

- 要支援1・2または要介護1~5の方。
- 一日デイケアにいるのは辛い...短時間で介護予防・健康づくりを希望される方。
- 入浴や食事サービス・レクリエーションより、運動療法等で、身体・生活機能の維持向上を図りたい方。
- 病院から移行のリハビリを希望される方。

開所日およびご利用時間

	月	火	水	木	金	土	日・祝
① 9:00~10:20	○	○	○	○	○	○	
② 10:50~12:10	○	○	○	○	○	○	
③ 13:30~14:50	○	○		○	○		
④ 15:20~16:30		○		○	○		

利用定員 各クール定員 12名までとなっております

送迎サービス提供範囲

郡山市内(当事業所から概ね片道 4km 圏内)

事業所が送迎を行わない場合は減算があります(要介護の方)

ご利用開始までの流れ



① ケアマネジャーへ相談

ケアマネジャーに利用希望の旨をお伝えください。



② 利用申込

ケアマネジャーが当事業所に連絡をして利用可能か相談します。



③ 医師の診察

利用前に当院医師の診察を受けていただき、リハビリ内容を決定します。



④ 担当者会議の開催(契約書類のご説明)

ご自宅訪問にて当事業所の契約を行います。

⑤ ご利用開始



ご利用当日の流れ



送迎または各自にて来所



健康状態の確認 血圧・脈拍・体温・体調を確認します



痛み、柔軟性、バランス、立ち上がり、歩行の状態の確認



運動開始



効果チェック



退所



サービス内容

◆体力測定

体力に見合った適切な運動の量・方法のための定期的な体力測定を行います。

＜体力測定項目例＞

運動機能項目	測定項目
移動能力	Timed Up & Go Test 5m 最大歩行 モコロ度チェック(2ステップ、立ち上がり、口モ 25)
バランス能力	開眼片足立ち、2ステップ、立位リーチ
筋力	WBI(体重支持指數)、握力、立ち上がり
柔軟性	長座体前屈
体組成評価	In Body(体重・体脂肪量・筋量の測定)

＜リハビリの効果判定＞

目標設定から身体の柔軟性改善、筋力トレーニングまで総合的にご支援します。

リハビリの効果を、2つの数値で表します。

① 全身の筋肉量



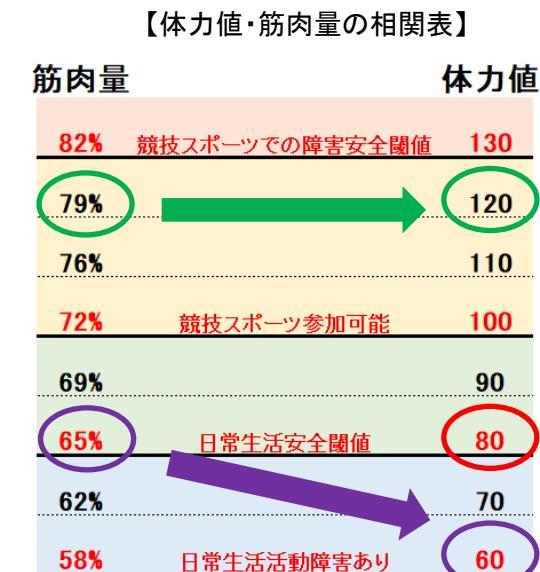
体組成計(In Body770)

② 全身の体力値

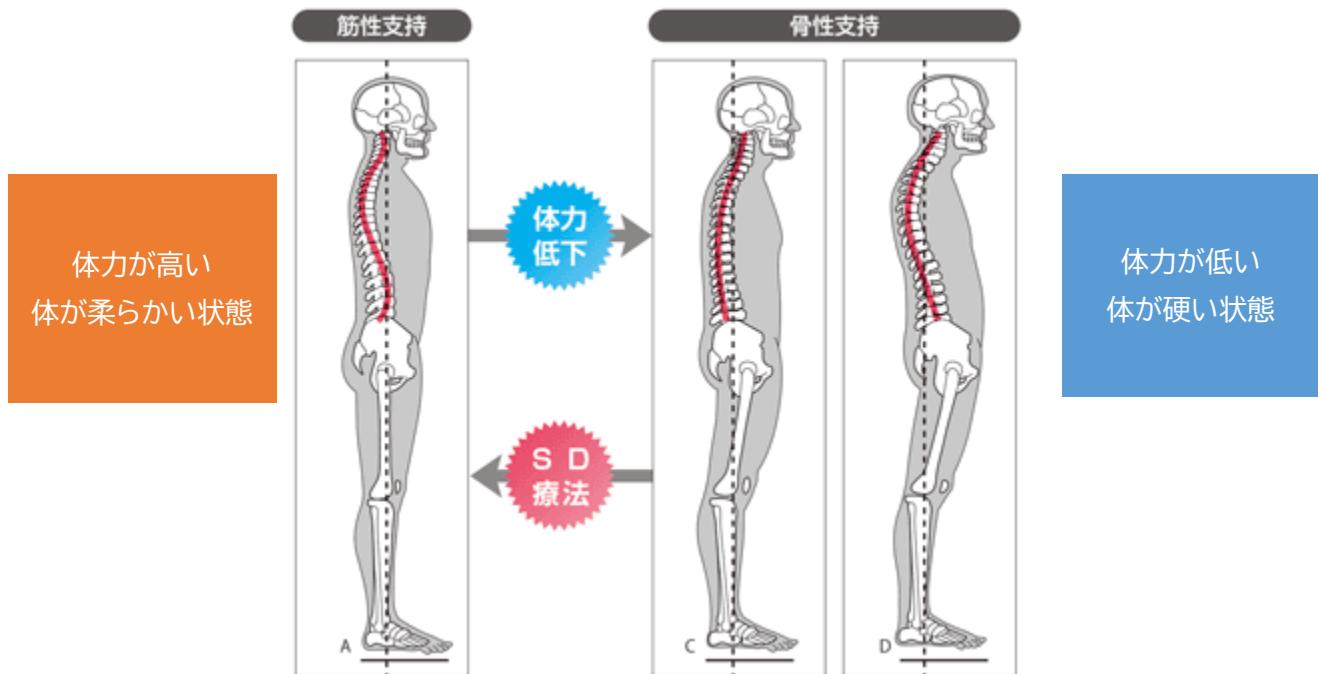


体重支持指數(ウェルトニックレッグエクステンション)

- 体内の筋肉量に比例して体力値が決まります。
全身の筋肉が多いと体力が高くなります。
- 慢性痛や運動不足の方は、筋肉量に見合う体力を発揮することができないとと言われています。
- リハビリでは、ご自身の筋肉量に見合う体力を回復させることを目標にします。
- 体力測定の結果をグラフ化し、利用者様へ結果や身体機能、日常生活で注意する点などを分かりやすく説明いたします。



潜在機能を「最大限に引き出す」



理想的な脊柱とは、脊柱が弯曲し、その脊柱を筋肉で支える「筋性支持」の状態です。

体力低下等により筋力が衰えると、脊柱の弯曲を失い、脊柱を骨で支える「骨性支持」となります。

骨性支持状態になると脊柱弯曲運動に異常が生じ、疼痛や筋出力制御が起こります。

脊柱弯曲運動の正常化を図るのが SD 療法であり、

背柱・骨盤の柔軟性が回復すると筋肉の働きが改善し、転倒予防に繋がります。



高齢や体の変形があっても、安全に・簡単に体操ができる機器をご用意しております。

◆有酸素運動：体力の向上

筋力及び心肺機能の強化は自律神経機能を正常化します。

心臓や肺・自律神経に大きな負担をかけず、安全な負荷で体に優しい運動を行います。

下肢筋力 UP、可動域 UP につながります。



ニューステップ

上下肢を動かすことで、全身運動が行えます



リカンベントエアロバイク

小さな負荷で下半身を傷めずにトレーニングが行えます

◆下肢筋力トレーニング：歩行や日常生活動作の安定性向上

下肢筋力を強化し歩行能力低下・下肢能力機能を改善します。



ウェルトニックレッグエクステンション

膝が安定し階段の上り下りもスムーズになります



平行棒内・階段運動

筋力・バランス能力を強化し歩行を安定化します

◆個別機能訓練

理学療法士が一人ひとりに合わせたプログラムを行います。

- ・柔軟性の向上(ストレッチ)、(骨折、怪我の予防に大切)
- ・体力の強化・転倒予防、下肢筋力 UP、歩行能力 UP を目指します。



◆集団体操・自主体操

皆さんで楽しく運動を実施します。

- ・認知症の予防(脳活性トレーニング)

- ・自宅で実施できる体操 等

体力に応じてグループ分けを行い、

皆さんで楽しく取り組める内容を提供します。



料金のご案内

●基本料金(要支援)

	1ヶ月		
	1割負担	2割負担	3割負担
要支援 1	2,268 円	4,536 円	6,804
要支援 2	4,228 円	8,456 円	12,684 円

●加算料金(要支援)

	1ヶ月		
	1割負担	2割負担	3割負担
口腔機能向上加算(Ⅱ)	160 円	320 円	480 円
科学的介護推進体制加算	40 円	80 円	120 円
サービス提供体制強化 加算(Ⅰ)	要支援 1	88 円	176 円
	要支援 2	176 円	352 円
退院時共同指導加算(退院時 1 回につき)	600 円	1200 円	1800 円
介護職員等処遇改善加算(Ⅳ)	その月の通所リハでかかった介護保険単位数の 5.3%加算		

●基本料金(要介護)

	1回		
	1割負担	2割負担	3割負担
要介護 1	369 円	738 円	1,107 円
要介護 2	398 円	796 円	1,194 円
要介護 3	429 円	858 円	1,287 円
要介護 4	458 円	916 円	1,374 円
要介護 5	491 円	982 円	1,473 円

●加算料金(要介護)

		1割負担	2割負担	3割負担
リハビリテーション マネジメント加算口	6 月以内	593 円/月	1186 円/月	1779 円/月
	6 月超	273 円/月	546 円/月	819 円/月
口腔機能向上加算(Ⅱ)口(月 2 回を限度)		160 円/回	320 円/回	480 円/回
科学的介護推進体制加算		40 円/月	80 円/月	120 円/月
サービス提供体制強化加算(Ⅰ)		22 円/回	44 円/回	66 円/回
理学療法士等体制強化加算		30 円/回	60 円/回	90 円/回
退院時共同指導加算(退院時 1 回につき)		600 円	1200 円	1800 円
介護職員等処遇改善加算(Ⅳ)	その月の通所リハでかかった介護保険単位数の 5.3%加算			

※介護保険指定事業所番号 0710317454

お問い合わせ

医療法人はやまかいせい やまぐち整形外科クリニック 通所リハビリテーション健脚 担当:松川、芳賀
TEL:024-954-6411(直通) FAX:024-954-6412