



元気な自分を 取り戻しましょう！



歳をとってくると、できないことが増えて、やらなくなったり、諦めてしまったりする人も多いのではないのでしょうか。

できなくなったことをサービスで補うのではなく、専門職のアドバイスを受けて再びできるようにし、いきいきとした自分らしい生活を取り戻しましょう！

もしかして…こんな風に 考えていませんか？

case.1

転びそうで怖いから
家事や外出を控えよう…



case.2

もう一度趣味や外出を
楽しみたいけど自信がない…

case.3

一人でバスに乗るのが
難しくなった
この歳ではもう無理なのかな…



case.4

急に体が弱ってきた…
このままだと寝たきりになっちゃうの…？



専門職からのアドバイスを受ける…

今この時が、私を 変えるチャンスかも！

case.1

筋力がついたことで、
歩けるようになって、
買い物や掃除が楽に
できるようになった！



case.2

また好きなことが
できるようになって、
毎日が楽しい！



case.3

以前のようにバスに乗って一人で
出かけられるようになった！
孫のところへも！



case.4

元気な自分を取り戻した！
友達と会うのが楽しみになった！

相談・問合せ先



お住まいの地域の地域包括支援センターにご相談ください♪

地域包括支援センターはつかいち西部
地域包括支援センターはつかいち東部
地域包括支援センターはつかいち中部
地域包括支援センターおおの
地域包括支援センターさいき

(0829) 30-9066
(0829) 30-9158
(0829) 20-4580
(0829) 50-0251
(0829) 72-2828



リエイブルメントサービスってなんだろう？

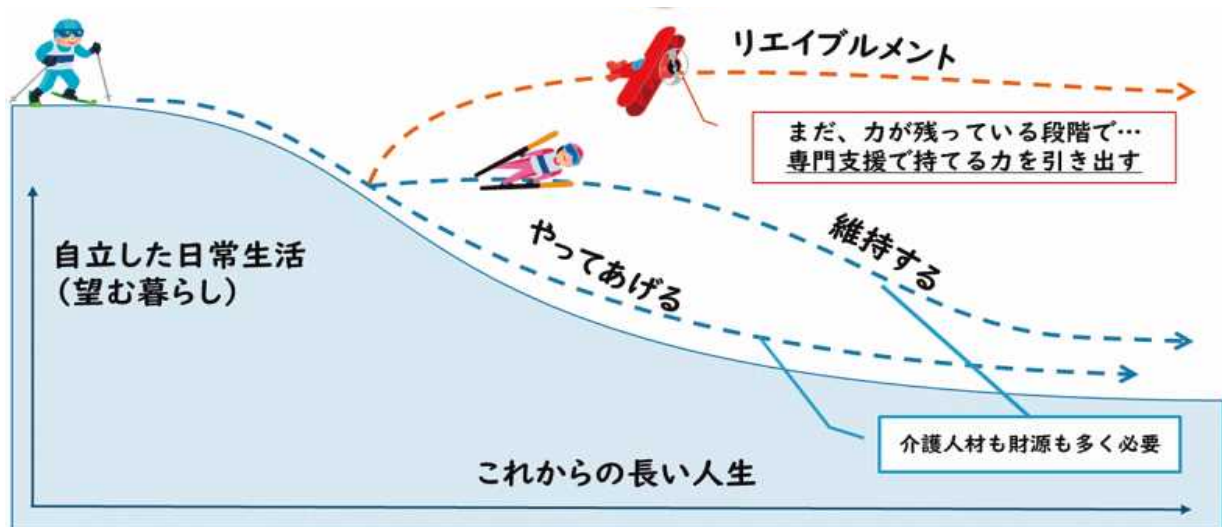
リエイブルメントとは、「**再びできるようになる**」という意味です。

リエイブルメントサービスは、医療・保健・福祉専門職が、3ヶ月間、



望む暮らしの実現に向けて、**個別面談を中心に**、

セルフマネジメント（自己管理）力を高める支援を行います。



出典：八王子市（一部改）

事業対象者・要支援1・要支援2の方必見！

リエイブルメントサービスを受けてみませんか？



短期集中型**訪問**サービス

理学療法士や作業療法士、言語聴覚士、管理栄養士が**自宅を訪問**し、あなただけの専用プログラムを提供します。自分の力で暮らしを楽しむための方法を習得します。



無料

短期集中型**通所**サービス

約3ヶ月間、学研廿日市市多世代サポートセンターへ**通い**、さまざまな専門職が実施する講座、集団/個別プログラム、個別面談に参加します。

