



## 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のようになった！



### 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	(0829) 30-9066
地域包括支援センターはつかいち東部	(0829) 30-9158
地域包括支援センターはつかいち中部	(0829) 20-4580
地域包括支援センターおおの	(0829) 50-0251
地域包括支援センターさいき	(0829) 72-2828



### リエイブルメントサービスってなんだろう？

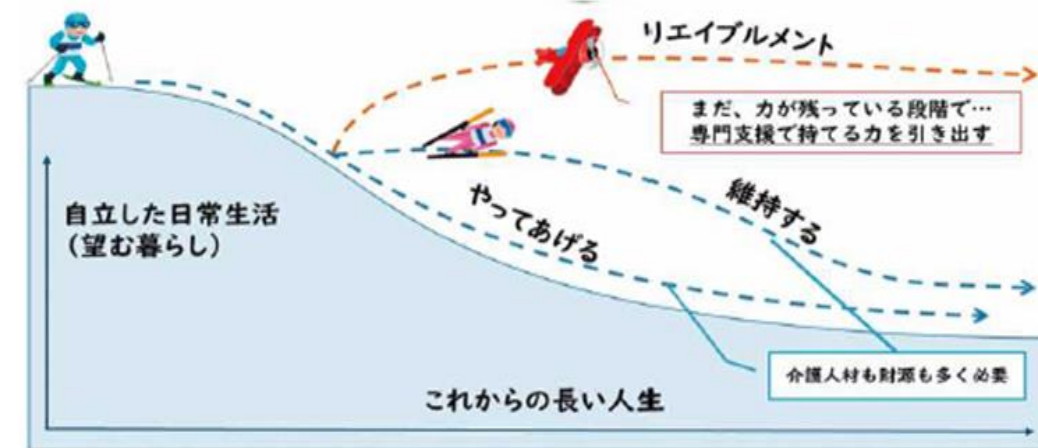
リエイブルメントとは、「**再びできるようになる**」という意味です。

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？

無料

### 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。



### 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。



# 短期集中型訪問サービス

## リハ職から利用者へ

### 短期集中型訪問サービス ～セルフマネジメントシート～

名前

短期集中型訪問サービス セルフマネジメントシート (初回)

作成日: 年 月 日

氏名 \_\_\_\_\_ 目指したい3ヶ月後の生活(目標) \_\_\_\_\_

目指したい3ヶ月後の生活(目標)を、どのくらいしていますか？  
下の数字に○をつけましょう。

実行度

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

全くしていない よくしている

目指したい3ヶ月後の生活(目標)は、どのくらい満足していますか？  
下の数字に○をつけましょう。

満足度

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

全然満足していない とても満足している

目指したい生活のために、この1週間、自宅で、毎日取り組むこと(=セルフマネジメント)

	1	2	3	4
運動や生活の中で行うこと、意識すること				
	回数等	回数等	回数等	回数等

短期集中型訪問サービス セルフマネジメントシート (終了時評価)

作成日: 年 月 日

氏名 \_\_\_\_\_ 目指したい3ヶ月後の生活(目標) \_\_\_\_\_

目指したい3ヶ月後の生活(目標)を、どのくらいしていますか？  
下の数字に○をつけましょう。

実行度

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

全くしていない よくしている

目指したい3ヶ月後の生活(目標)は、どのくらい満足していますか？  
下の数字に○をつけましょう。

満足度

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

全然満足していない とても満足している

これからの生活をどのように過ごしていきたいですか？下に書き出してみましょう♪

13回目の訪問は \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日 \_\_\_\_\_ 曜日 \_\_\_\_\_ です。

短期集中型訪問サービス セルフマネジメントシート

(終了時から3ヶ月後)

## 修了証

様

あなたは、自身の生活目標に向かって専門職の助言を受けながら取り組み、廿日市市短期集中型訪問サービスを修了したことをここに証します。  
これからも住み慣れた地域でいきいきと生活し続けられることを願っています。

日付 \_\_\_\_\_

所属 \_\_\_\_\_

名前 \_\_\_\_\_

～これからの私～



# 短期集中型訪問サービス

## リハ職から市へ

様式1 (短期集中型訪問サービス PT/OT)

**アセスメント票**

ふりがな \_\_\_\_\_ 所属 \_\_\_\_\_

氏名 \_\_\_\_\_ 記入者 ( ) \_\_\_\_\_

質問事項	R年 月 日		R年 月 日		R年 月 日	
	初回評価		終了時評価		(終了から)3ヶ月後評価	
運動機能	1 開眼片脚立ち	右 秒	右 秒	右 秒	右 秒	右 秒
		左 秒	左 秒	左 秒	左 秒	左 秒
	2 30秒立ち上がり	回	回	回	回	回
	3 TUG (任意で実施)	秒	秒	秒	秒	秒
	4 握力(任意で実施)	右 kg	右 kg	右 kg	右 kg	右 kg
		左 kg	左 kg	左 kg	左 kg	左 kg
生活状況等 (※1)	5 移動方法(屋内)					
	6 移動方法(屋外)					
	7 運動習慣	回/週	回/週	回/週	回/週	回/週
	8 近所に外出する頻度	回/週	回/週	回/週	回/週	回/週
	9 遠方に外出する頻度	回/週	回/週	回/週	回/週	回/週
	10 活動範囲(LSA)	□0□1□2□3□4□5	□0□1□2□3□4□5	□0□1□2□3□4□5	□0□1□2□3□4□5	□0□1□2□3□4□5
	11 ADL(日常生活動作)					
	12 IADL(手段的日常生活動作)					
	13 社会資源 (インフォーマルサービスを含む)					
	主観的評価 (※2)	14 生活行為聞き取り 「あなたが困っているまたは問題を感じている(もっとうまくできるようになりたい、あるいはうまくできるようになる必要がある)事柄で、良くなりたい、改善したいと思う事柄を教えてください。」	1	1	今後の生活のイメージ	
実行度について: 挙げた生活行為について、どのくらいしているかを問う。 「あなたは挙げた生活行為について、全くしていない場合は1を、よくしている場合は10の、10段階で教えて下さい。」		実行度 /10	実行度 /10			
満足度について: 挙げた生活行為について、今の現状にどのくらい満足しているかを問う。 「あなたは挙げた生活行為について、全然満足していない場合は1を、とても満足している場合は10の10段階で教えて下さい。」		満足度 /10	満足度 /10			
2		2				
15 利用者のコメント						

※1 質問10は、0(寝室)・1(住居内)・2(居住空間のごく近くの空間)・3(自宅近隣)・4(町内)・5(町外)の6段階で評価する。

※2 質問14は、作業行為を一つ挙げ、実行度と満足度を10段階で評価する。またこの作業行為をもとに様式2の「目指したい3ヶ月後の生活(目標)」を設定する。

様式4 (短期集中型訪問サービス PT/OT)

廿日市市短期集中型訪問サービス 実施報告書

目指したい3ヶ月後の生活(目標) \_\_\_\_\_

利用者氏名 \_\_\_\_\_

作成日: 令和 \_\_\_\_ 年 \_\_\_\_ 月 \_\_\_\_ 日

要内容のまとめ \_\_\_\_\_

人が取り組むこと \_\_\_\_\_

達成度 □ 未達成 理由等: \_\_\_\_\_

維持 □ 悪化 理由等: \_\_\_\_\_

作成者 ( ) \_\_\_\_\_

様式5 (短期集中型訪問サービス)

令和〇年廿日市市短期集中型訪問サービス事業業務実績報告書(〇月分)

事業所名: \_\_\_\_\_

内容(該当する項目に〇を付けてください)  
理学療法士/作業療法士 ・ 言語聴覚士 ・ 管理栄養士

利用者名	利用日・時間・支援者名					利用回数
	回数	支援日	30分/60分	職種・氏名	回数	
	/13回目	/		/13回目	/13回目	
	/13回目	/		/13回目	/13回目	
	/13回目	/		/13回目	/13回目	
	/13回目	/		/13回目	/13回目	
	/13回目	/		/13回目	/13回目	
	/13回目	/		/13回目	/13回目	
	/13回目	/		/13回目	/13回目	
	/13回目	/		/13回目	/13回目	

# 短期集中型通所サービス

