

介護老人保健施設「リハポート明石」のご案内

～リハビリテーションで在宅生活をサポートします～

要介護・要支援認定を受けている方が、住み慣れた家庭や地域で自立した生活を継続できるよう、リハビリテーションなどを通じて、心身機能の維持・改善を支援しています。

入所サービスの他、短期入所(ショートステイ)や通所リハビリテーション(デイケア)、訪問リハビリテーションも実施しています。

施設利用の流れは別図のとおりです。

入所サービス

施設サービス計画に沿ってリハビリテーションや日常生活の動作訓練、レクリエーション、趣味活動、入浴、食事などのサービスを利用できます。

入所期間

おおむね3カ月以内
(状況に応じて12カ月まで延長可)

療養室

4人室、2人室、個室

対要介護認定を受けている方

定80人

別図

申し込み	施設で用意している申込書類を提出していただきます。
書類審査・訪問調査	支援相談員が来所・家庭訪問などにより、利用者の心身の状態などを伺います。
利用検討	必要書類を確認し、施設スタッフが利用方法を検討します。
通知・契約	利用方法・利用開始日などを連絡し、契約します。
利用開始	サービス計画などにに基づき、サービスを開始します。

◎リハポート明石の利用に当たっては、おとしより相談センターや担当のケアマネジャーにもお気軽にお問い合わせください。

短期入所(ショートステイ)

看護や介護を行っている家族介護者などの休養、冠婚葬祭などさまざまな理由により家庭での看護や介護が一時的に困難になった場合に、入所と同じサービスを短期間利用できます。

入所期間

月14日以内

対要介護・要支援の認定を受けている方

定20人

通所リハビリテーション(デイケア)

自宅から往復送迎で施設にお越しいただき、リハビリテーションや日常生活の動作訓練、レクリエーション、趣味活動、入浴、食事などのサービスを利用できます。

利用期間

月～土曜日のうち週1日以上

対要介護・要支援の認定を受けている方

定各曜日30人

訪問リハビリテーション

病気、けがや加齢などにより生活機能が低下し、施設などの通所サービスを受けることが困難な場合に、施設から理学療法士などを派遣し、自宅でリハビリテーションを実施することにより、日常生活の自立を支援するサービスです。

対要介護・要支援の認定を受けている方

介護老人保健施設リハポート明石

☎(3545)9911

(年末年始を除く月～土曜日の午前9時～午後5時)



詳しくは区HPへ



▲機能訓練室の様子



▲クリスマス会の様子

いきいき館(敬老館)事業案内

区内3カ所にあるいきいき館(敬老館)では、別表のとおり、さまざまな講座を開催しています。

対60歳以上の区内在住者

◎利用の際は登録が必要です。初めての方は、身分証をお持ちの上、各いきいき館で手続きをしてください。登録時に、緊急連絡先を伺います。

園いきいき桜川(桜川敬老館)

☎(3553)0030

いきいき浜町(浜町敬老館)

☎(3669)3385

いきいき勝どき(勝どき敬老館)

☎(3531)3258



詳しくは
いきいき館HPへ

別表

館名	講座名	日時	定員
いきいき桜川(桜川敬老館)	みんなで歌おう※	第1火曜日 午後2時～3時	30人
	みんよう講習会	第1・3月曜日 午後1時30分～2時30分	35人
	コーラス教室	第2・4月曜日 午後2時30分～4時	35人
	いきいき素敵な声づくり※	第1・3水曜日 午後2時～2時45分	15人
	モルック	第3金曜日 午後2時～3時	12人
	カーレットを楽しもう	第1・2水曜日 午前10時～11時30分	12人
	健康吹き矢	第2・4土曜日 午後3時～4時	20人
	TVゲームでボウリング	第2・4金曜日 午後3時～4時	6人
	浮世絵セミナー	第3火曜日 午前10時30分～11時30分	30人
	朗読会(さくらの会)	3・6・9・12月 第2水曜日 午後1時～2時	30人
	健康相談	第4水曜日 午後2時～3時	15人

館名	講座名	日時	定員
いきいき浜町(浜町敬老館)	チェアロビ元気体操※	第1・3木曜日 午前10時～11時	30人
	中央幹なまちトレーニング&ストレッチ※	第2・4金曜日 午前10時～11時	28人
	ボクシングエクササイズ&ストレッチ※	第1・3月曜日 午前10時30分～11時30分	24人
	フラダンス講習会※	第2・4月曜日 午後1時～2時30分	28人
	初心者社交ダンス講習会※	第3月曜日 午後1時30分～2時30分	24人
	浮世絵セミナー※	第1金曜日 午前10時30分～11時30分	24人
	いきいき素敵な声づくり※	第1・3水曜日 午後3時30分～4時15分	15人
	健康長寿講座	第4土曜日 午前10時30分～正午	24人
	日本舞踊エクササイズ※	第1・3金曜日 午前10時30分～11時30分	24人
	歴史への招待※	第1・2・3・4金曜日 午後1時～2時30分	各60人
	終活講座	第2木曜日 午後2時～3時	24人
	手話講座	第1・3月曜日 午前11時10分～正午	12人
いきいき勝どき(勝どき敬老館)	椅子ヨガ	毎週月曜日 午後3時～4時	40人
	初心者囲碁教室	第1・3金曜日 午前10時～正午	10人
	いきいき運動	第2・4木曜日 午後1時30分～2時30分	40人
	おもてなしイングリッシュ	第2・4水曜日 午前11時～正午	24人
	きらきらエクササイズ	毎週水曜日 午前9時30分～10時30分	34人
	いきいき教室(音楽)	第1・3木曜日 午後1時30分～2時30分	40人
	男性諸君! 元気に歌おう	第1・3土曜日 午後3時～4時	20人
	楽しく歌おう	毎週火曜日 午前9時30分～10時30分	50人

◎※が付いている講座は事前に申し込みが必要です(それ以外の講座は当日先着順)。

