

ホームヘルパーと一緒に、
リハビリをして生活機能向上！

おうちでリハビリ

こんな悩みを抱えた方に……



最近、歩くときにフラつく。
一人での入浴や外出が不安。

今まで簡単にできていた掃除、
料理、洗濯などの家事が、
大変になってきた。

この事業でできること

1 初回は、リハビリ専門職（理学療法士又は作業療法士）に、利用者の個々の体の状態や活動の目標に合わせたリハビリや家事の方法、道具などを紹介してもらい、3か月後の目標を相談します。



2 2回目からは、ホームヘルパーの見守りや声かけのもと、リハビリ専門職から紹介されたリハビリ、ストレッチ、入浴、家事などを繰り返し行い、自分でできることを増やし、安心して行えるようにします。



3 希望者には、初回に相談した目標がどれくらいできるようになったのかを、リハビリ専門職に確認してもらうことができます。



【対象者】

要支援1・2に認定された方、サービス事業対象者

サービス事業対象者とは、基本チェックリストで生活機能の低下が認められた方です。

【利用期間・頻度】 1クール90日間（1回のみ延長可）、原則週1回
（ただし1クール目は週2回まで可）



【費用】

提供時間	1回の利用料	時間帯
20分以上30分未満	200円	午前8時～午後6時
30分以上60分未満	250円	
60分以上90分未満	300円	

【利用時の注意】

- ・利用を希望する方は、お住まいの地区の地域包括支援センターにお問い合わせください。
- ・ご利用前に、かかりつけ医にご相談ください。
- ・ご利用中は、第1号訪問介護（ホームヘルプ）を利用することはできません。



【申込み・相談】

お住まいの地区	地域包括支援センター	電話番号
南千住（2,3,4,8丁目）	南千住東部地域包括支援センター	3805-5702
南千住（1,5,6,7丁目）	南千住西部地域包括支援センター	5604-5710
荒川	荒川地域包括支援センター	5855-3323
町屋	町屋地域包括支援センター	3894-3568
東尾久	東尾久地域包括支援センター	5855-8513
西尾久	西尾久地域包括支援センター	3893-3555
東日暮里	東日暮里地域包括支援センター	5615-3171
西日暮里	西日暮里地域包括支援センター	3807-3828



新型コロナウイルス感染症対策として、検温、マスク着用、消毒・手洗い等を行い、訪問します。



【事業についての問合せ】 荒川区福祉部高齢者福祉課 介護予防事業係
(3802)3111 内線2666