

# 地域リハビリテーション活動支援事業

## 『自宅リハビリテーション（自宅リハ）』

### ご案内

#### 『自宅リハ』とは

介護予防のためのリハビリテーションが必要な高齢者の自宅を訪問し、転倒予防・介護予防の観点から、生活環境を整えるために技術的な助言や福祉用具の設置等について助言や指導をしていきます。



高齢者の自宅



リハビリテーション専門職  
(理学療法士・作業療法士等)

自宅の段差や転倒しやすい場所を確認して、改善方法を一緒に考えます！

福祉用具等を活用したい方にアドバイスします！

転倒予防、介護予防のためポイントを助言します！

自宅にある物等を活用してできる運動等について指導します！

#### 『自宅リハ』の利用方法について

- ◎対象者は、茅ヶ崎市内の65歳以上の高齢者なら、どなたでもご利用いただけます。また、その家族もご利用いただけます。
- ◎無料でご利用いただけます。原則1回の利用となります。
- ◎利用については、まずはお気軽に住まいの地域を担当する地域包括支援センター（裏面参照）や市役所にご相談してください♪
- ◎ご希望の方は、自宅リハビリテーション専門職派遣依頼書を市役所に提出してください。（依頼書は、市役所窓口または地域包括支援センターで配布しています。ホームページからダウンロードも可能です。）
- ◎終了後アンケートを送付する場合がありますので、ご協力お願いいたします。

お問い合わせ

茅ヶ崎市高齢福祉課 相談支援担当  
電話 0467-81-7163

裏面へ



## 地域包括支援センター

地域包括支援センターは、地域の高齢者の身近な相談窓口です。高齢者が住み慣れた地域で安心してその人らしい生活を継続できるよう、専門職（保健師または看護師、社会福祉士、主任ケアマネージャー）がチームとなって支援します。お住まいの地域を担当する各地域包括支援センターにお気軽にご相談下さい。

R5.4.1 現在

名称	担当地区	電話番号	住所
ゆず	茅ヶ崎	84-5830	新栄町13-48 ワラシナビル1階
つむぎ	茅ヶ崎南	55-5291	幸町5-8 茅ヶ崎メディカルケアセンター2階
れんげ	南湖	88-1380	南湖5-10-6
あい	海岸	88-1716	東海岸南2-6-14 長尾ビル3階
さくら	鶴嶺東	81-4082	矢畑1427-1
みどり	鶴嶺西	84-0775	萩園2360-1 (鶴嶺西コミュニティセンター内)
すみれ	湘南	84-6321	浜見平11-1 (ハマミーナ内)
くるみ	松林	50-0341	高田4-2-18 (アート茅ヶ崎)
あかね	湘北	55-1535	香川3-21-26
青空	小和田	55-2360	小和田 3-2-44 市営小和田住宅外複合施設
さざなみ	松浪	39-5901	常盤町2-2 (松浪コミュニティセンター内)
あさひ	浜須賀	84-6383	旭が丘6-11
わかば	小出	33-5410	芹沢846-3

\*担当となる地域包括支援センターがご不明な場合は、  
高齢福祉課（Tel 8 1 - 7 1 6 3）までお尋ねください。  
また、高齢福祉課にもご相談できます。



まずは気軽に相談  
してみよう♪