

# 要支援の方・ご家族様へ 介護予防 訪問リハビリ

～自宅での介護予防の個別リハビリプログラム～

元気な身体を保つサポートをします！

## 【メニュー】

- 健康チェック（血圧・脈拍・体温・酸素測定）
- 身体機能訓練（リラクゼーション・ストレッチ・筋トレ）
- 基本動作訓練（起きる・立つ・歩く・階段昇降・散歩）
- 日常生活訓練（お風呂やトイレなどの練習）
- 自主トレーニングの提案
- 福祉用具や安心な住環境の提案

## 利用者様の声

- ・通院は大変だけど、家でリハビリしてくれるから続けられる！
- ・もっと早くに来てもらってたら良かった！
- ・健康面のサポートもしてもらって安心！



ご希望の方は**担当ケアマネージャー**  
もしくは**訪問リハビリ**にご相談ください

ますだ整形外科クリニック 訪問リハビリテーション  
事業所窓口 072-911-2903  
担当者（宮西） 090-9210-0664

